

Opinnäytetyö (AMK)

Sosionomi (AMK)

Toiminnalliset menetelmät sosiaaalialalla

2016

Anna-Riikka Antikainen

MIELIPELI

– vanhemman mentalisaatiokykyä tukevan
toiminnallisen työvälineen kehittäminen

Anna-Riikka Antikainen

MIELIPELI

– vanhemman mentalisaatiokykyä tukevan toiminnallisen työvälineen kehittäminen

Tämä raportti on kuvaus kehittämishankkeesta, jonka tavoitteena oli kehittää uusi toiminnallinen työväline lastensuojelussa tehtävän vanhemmuustyön tarpeisiin. Kehitetty väline, Mielipeli, perustuu mentalisaatioteoriaan ja se on tarkoitettu keskustelutyön apuvälineeksi. Työvälineen lisäksi kehittämishankkeen tuotoksena syntyi käyttäjän opas työntekijälle.

Mentalisaation käsite yhdistää niitä emotionaalisia ja kognitiivisia toimintoja, joilla voidaan ymmärtää toisen käyttäytymisen takana olevia tunteita, haluja ja uskomuksia. Mentalisaationkyky on olennainen osa vanhemmuustaitoja: hyvän mentalisaatiokyvyn avulla vanhempi pystyy näkemään oman ja lapsensa mielen erillisinä ja toimimaan sopivalla tavalla haastavissakin vuorovaikutustilanteissa. Mentalisaatiokyky heikkenee stressitilanteissa, jolloin vanhemman on vaikeampi asettua lapsen asemaan ja pitää lapsen mieli erillään omastaan. Vanhemman vakavasti puutteellinen mentalisaatiokyky johtaa usein lapsen tarpeiden laiminlyöntiin ja kaltoinkohteluun.

Kehittämishanke toteutettiin vuonna 2016 yhteistyössä Mäntymäen perhekeskuksen kanssa. Mäntymäen perhekeskus on Turun kaupungin lastensuojelulaitos, joka toimii kaupungin vastaanotto- ja arviointiyksikkönä. Perheet tulevat Mäntymäen asiakkaiksi usein akuuteista tai pitkittyneistä perheen kriisitilanteista, joihin lapsi on reagoinut voimakkailla psykososiaalisin oirein. Perhekeskuksessa kaivattiin vanhemmuutta tukevien keskustelujen tueksi toiminnallista työvälinettä konkretisoimaan ja havainnollistamaan lapsen näkökulmaa, tunteita ja tarpeita.

Tämän raportin tavoitteena on perustella vanhemman mentalisaatiokyvyn vahvistamista olennaisena osana lastensuojelun vanhemmuutta tukevassa työssä. Raportissa esittelen mentalisaatiota, reflektiivistä kykyä ja kiintymyssuhteita käsittelevää teoriaa. Kerron myös yleisesti lastensuojelutyössä käytettävistä, vanhemmuutta tukevista työtavoista. Lopuksi kuvaan, miten kehityshankkeen tuotos, Mielipeli, syntyi.

ASIASANAT:

mentalisaatio, kiintymyssuhde, vanhemmuus, lastensuojelu, perhetyö, toiminnalliset menetelmät

Anna-Riikka Antikainen

MIND GAME

- the development of a functional tool for supporting parental mentalization

This report is a description of a development project aiming to create a new functional tool for the needs of child protection services in their work with parents. The tool is called Mind Game and it is based on the mentalization theory. Mind Game is meant to support conversation. In addition to the tool itself the development project generated a user guide for the worker.

The concept of mentalization combines those emotional and cognitive functions that we use when trying to understand the feelings, desires and beliefs behind other's behavior. The ability to mentalize is a core skill in parenting because parent's ability to mentalize helps in seeing the mind of her child as separate from the mind of her own. It can also help the parent to act accordingly in challenging interaction situations. The ability to mentalize weakens in stressful situations. If the parent is burdened it is more difficult for her to see things from the standpoint of the child and keep the child's mind within her own mind. A severe lack of mentalizing is connected to neglect and maltreatment.

The project was carried out in 2016 in cooperation with Mäntymäki family center which is a municipal child caring facility in Turku. Families who become customers of the family center live often in the middle of a family crisis to which the child has reacted with strong psychosocial impairment. The workers in family center needed a functional tool to make conversation more concrete and illustrative specifically in supporting the parent's insight of their child's needs, feelings and standpoint.

This report aims to state reasons for the significant need to support a parent's ability to mentalize in child protection services. In this report I will describe the theories of mentalization, reflective parenting and attachment. I will also describe the methods commonly used in supporting parenthood in child protection. The process of developing a new tool, Mind Game, is also reported.

KEYWORDS:

theory of mind, attachment theory, parenthood, child protection, family work, functionality

SISÄLTÖ

1 JOHDANTO	6
2 KEHITTÄMISHANKKEEN LÄHTÖKOHDAT JA TAVOITTEET	8
2.1 Kehittämishankkeen aihe, tarve ja tavoite	8
2.2 Mäntymäen perhekeskus kehittämishankkeen toimintaympäristönä	11
3 VANHEMMAN MENTALISAATIOKYKY JA RIITTÄVÄN HYVÄ VANHEMMUUS	14
3.1 Mentalisaatio ja reflektiivinen kyky	14
3.2 Mentalisaatiokyvyn kehittyminen kiintymyssuhteessa	18
3.3 Riittävän hyvä vanhemmuus	20
4 VANHEMMUUDEN TUKEMINEN LASTENSUOJELUTYÖSSÄ	23
4.1 Dialogisuus, vuorovaikutuksellinen tukeminen ja edukaationäkökulma	23
4.2 Reflektiivinen työote vanhemmuuden tukemisessa	26
4.3 Toiminnalliset menetelmät vanhemmuustyön tukena	30
5 IDEASTA MIELIPELIKSI	32
5.1 Kehittämismenetelmät ja tiedonkeruu	32
5.2 Prosessin vaiheet	35
5.3 Mielipeli-työväline ja käyttäjän opas	38
5.4 Mielipelin luovat ratkaisut	44
6 YHTEENVETO JA POHDINTA	48
6.1 Kehittämishankkeen pohdintaa	48
6.2 Kehittämishankkeen arviointi ja jatkumahdollisuudet	50
LÄHTEET	53

LIITTEET

Liite 1. Mielipeli: Käyttäjän opas.

Liite 2. Mielipeli: Ohje vanhemmalle.

KUVAT

Kuva 1. Mielipeli.	40
Kuva 2. Mielipelin tilannekortteja.	42
Kuva 3. Mielipelin toimintakortteja.	44
Kuva 4. Mielipeli-tilannekortin taustapuoli. Mielipeli-sanahahmon kirjasintyyppi on leikkisä ja pehmeä.	46
Kuva 5. Mielipelin tunnekortti. Taustalla tunnetta kuvittava kasvokuvio.	46
Kuva 6. Lapsi näkyy pelilaudan keskellä olevasta reiästä.	47

KUVIOT

Kuvio 1. Prosessin vaiheiden limittäinen eteneminen.	37
Kuvio 2. Tilanteen, tunteen ja toiminnan pohtiminen. Mukaelma Viinikan ym. (2014, 107) kuviosta.	41

1 JOHDANTO

Perheet tulevat lastensuojelun asiakkaiksi kuormittuneista tilanteista, ja ongelmat perheen sisäisessä vuorovaikutuksessa nousevat usein esille. Tilanteet, joista lapsi tulee sijoitetuksi perheen ulkopuolelle, ovat herkkiä, ja paitsi lapsi, usein myös vanhempi kaipaa hoivaa ja kuuntelijaa. Kriisiytyneissä tilanteissa koko perheet tarvitsevat apua, ja työntekijän asema sillanrakentajana on tärkeä. Työntekijän kanssa käytävä keskustelu tarjoaa vanhemmalle mahdollisuuden purkaa ajatuksiaan turvallisessa ilmapiirissä. Kohtaamiset ovat tärkeitä ja erityisiä, ja ne vaativat työntekijältä tietoa, taitoa ja halua asettua yhteysteen monesti ristiriitaisiakin tunteita herättävissä tilanteissa.

Tämän kehittämishankkeen tavoitteena oli luoda uusi, toiminnallinen työväline lastensuojelussa tehtävän vanhemmuustyön käyttöön. Hankkeen toimeksiantaja on Turun kaupungin lastensuojelun vastaanotto- ja arviointiyksikkö, Mäntymäen perhekeskus. Kehittämishanke vastasi Mäntymäen perhekeskuksen todelliseen tarpeeseen: arkipäivän työssä on todettu, että pelkkä keskustelu on vanhemmille usein vaikeaa ja liian abstraktia, ja keskustelutyön tueksi kaivattiin havainnollistavaa ja vaikeiden aiheiden käsittelyä helpottavaa työvälinettä.

Kehittämistyötäni ohjasi ajatus vanhemmuuden vahvistamisesta tilanteissa, joissa lapsien näkökulma on vaarassa jäädä sivuun. Erityisesti keskityin pohtimaan, miten vanhemman kykyä havaita ja tunnistaa omat tunteensa ja käyttäytymistapansa perheen haastaviksi kokemissa tilanteissa voitaisiin vahvistaa, ja samalla tehdä vanhemman mielessä tilaa lapsen erilliselle kokemukselle. Kehitetty työväline, Mielipeli, perustuu kysymykselle, miten tehdä lasta näkyväksi vakavien perhekriisien keskellä.

Mielipelissä on hyödynnetty mentalisaatioteorian perusajatuksia, jotka on graafisin ratkaisuin muunnettu helposti lähestyttävään muotoon. Mentalisaatiokyky tarkoittaa kykyä havainnoida ja tulkita omaa ja toisen mieltä samanaikaisesti, ja siinä yhdistyy empaattisuus, reflektiivisyys ja tietoinen ajattelu. Mentalisaatiokykyä pidetään olennaisena osana hyvää vanhemmuutta. Kehittämishankkeen tuotoksena syntyneen työvälineen avulla mentalisaatiokyvyn keskeisiä kysymyksiä voidaan konkretisoida ja samalla herätellä vanhempaa ajattelemaan perheen tilanteita lapsen näkökulmasta. Mielipeli auttaa perhekeskuksen työntekijää myös vanhemman mentalisaatiokyvyn arvioimisessa ja oikeanlaisen tuen suuntaamisessa. Lisäksi työväline ohjaa työntekijää reflektiivisen työotteen käytössä ja näin edesauttaa työntekijän ja vanhemman välisen luottamuksellisen ilmapiiirin syntymistä.

Mielipeli-työvälineen prototyypin tuottamisen lisäksi kehittämishankkeeseeni kuuluu työntekijälle tarkoitetun pelioppaan laatiminen. Mäntymäen perhekeskuksen vuosisuunnittelupäivänä esittelen Mielipelin talon väelle tarkoituksena antaa apua mentalisaatiokyvyn kehittämiseen. Hankkeen myötä mentalisaatiosta on tulossa kantava teema Mäntymäen perhekeskuksen työssä, ja Mielipeli halutaan osaksi keskuksessa tehtävän perheyön prosessia.

Tässä raportissa kuvaan kehittämishankkeen tuotoksen, toiminnallisen työvälineen prototyypin, sekä sen suunnitteluprosessin ja toteutuksen. Raportin alussa esittelen kehittämishankkeen aihetta ja lähtökohtia sekä Mäntymäen perhekeskusta toimintaympäristönä. Seuraavaksi perustelen työvälineen muotoa ja sisältöä teorian kautta esitellen mentalisaatioteoriaa, kiintymyssuhteen merkitystä ja reflektiivistä kykyä. Keskityn vanhemmuuden tukemisen tapoihin erityisesti lastensuojelutyössä ja esittelen toiminnallisten menetelmien mahdollisuuksia vanhemmuustyön apuna. Lopussa raportoin tämän kehittämistyön prosessia, joka kesti noin kahdeksan kuukautta. Kerron myös Mielipelin sisällöllisistä ja graafisista ratkaisuista ja arvioin työvälinettä ja sen jatkokehitysmahdollisuuksia.

2 KEHITTÄMISHANKKEEN LÄHTÖKOHDAT JA TAVOITTEET

2.1 Kehittämishankkeen aihe, tarve ja tavoite

Kehittämishankkeeni keskeinen kysymys on, miten lastensuojelun asiakkaina olevien perheiden vanhempia voidaan auttaa pitämään lapsi mielessä: ymmärtämään, eläytymään ja ottamaan huomioon lapsen tarpeet perheen eläessä kriisin keskellä. Haasteet vuorovaikutuksessa, avioerojen jälkitilanteet, päihdeongelmat ja muut perheen sisäiset kriisit ovat usein syynä siihen, että lapsi voi huonosti ja perhe tarvitsee lastensuojelun apua (Heino 2013, 97). Ahdistavissa ja voimaa vievissä elämäntilanteissa lapsen mielessä pitäminen, vanhemman mentalisaatiokyky, voi heikentyä ja lapsen edun säilyminen ensisijaisena vaarantua (Pajulo ym. 2016, 35–36). Perhettä stressaavassa elämäntilanteessa vanhemmat voivat olla niin huolestuneita esimerkiksi toimeentulostaan tai omasta parisuhteestaan, että antavat vähemmän huomiota lapsilleen, ärsyyntyvät helpommin ja ovat ankaria ja epä johdonmukaisia kurinpitotoimenpiteissään (Niemi 2012, 59).

Lastensuojelun avohuollon asiakkuudet ja lasten huostaanotot ovat vuosi vuodelta lisääntyneet. Tarve lastensuojelun asiakkuuteen kertoo siitä, että lapsen terveys ja kehitys on vaarantunut niin paljon, ettei perheitä voida auttaa riittävästi kunnan peruspalveluiden kautta. (Heino 2013, 85.) Vanhemmilla on ensisijainen vastuu lastensa kasvattamisesta, mutta mikäli he eivät voi pitää huolta lastensa psyykkisestä ja fyysisestä hyvinvoinnista, yhteiskunnan tulee ryhtyä toimiin ja lapsi voidaan sijoittaa sijaishuoltoon laitokseen tai perheeseen (Mahkonen 2010, 131). Vanhemmuus kuitenkin jatkuu myös lapsen sijoituksen myötä (Saastamoinen 2008, 135).

Kasvaneiden asiakasmäärien taustalla on myös yhteiskunnallisia syitä, kuten rakennemuutos elinkeino- ja ikärakenteessa, lapsiperheiden tilanteisiin vaikuttavat poliittiset ja yhteiskunnalliset tekijät, perheiden sosioekonomiset edellytykset sekä perhe- ja työelämän yhteensovittamisen vaikeudet. Myös kuntien välinen palveluiden erilaistuminen näkyy lastensuojelussa: lapset ovat eriarvoisessa asemassa saamaansa avun suhteen. (Heino 2013, 85–86.) Kodin ulkopuolelle sijoitettujen lasten määrän kasvu kertoo vakavan huono-osaisuuden lisääntymisestä Suomessa. Lasten kasvuoloihin vaikuttavat vahvasti vanhempien olosuhteet: taloudellisessa ahdingossa elävät, työttömäksi jääneet tai

päide- tai mielenterveysongelmista kärsivät vanhemmat eivät aina pysty tarjoamaan lapsilleen riittävää turvaa ja huolenpitoa. (Heino ym. 2009, 236–238.)

Suurta osaa avo- ja sijaishuollon piiriin tulleista perheistä koskettavat päihde- ja mielenterveysongelmat. Selkeimmin päihteiden väärinkäyttö näkyy pienten lasten huostaanottojen taustalla, mutta päihdeongelmat liittyvät usein kaikenikäisten lasten avohuollon asiakkuuksiin ja huostaanottoihin. Vanhemman mielenterveyden ongelmat ovat taustalla jopa 60 prosentissa huostaanotoista ja reilussa 30 prosentissa avohuollon asiakkuuksista. (Heino 2013, 95–97.) Mielenterveys- ja päihdeongelmat ovat usein sijoitettujen lasten vanhempien työkyvyttömyyden taustalla. Tämä antaa aihetta miettiä, missä määrin lastensuojelun sijoitukset ja huostaanotot kertovat aikuis- ja lastenpsykiatristen sekä päihde- ja mielenterveyspalvelujen puutteesta yhteiskunnassamme. (Heino ym. 2009, 260.) Tutkimusten valossa myös köyhyydellä näyttää olevan suuri rooli: lastensuojelun asiakkaaksi tulleista lapsista noin 45 prosenttia asui perheissä, joka saa tai oli saanut toimeentulotukea (Heino 2013, 95–97).

Usein perheiden elämässä on tapahtunut paljon muutoksia, muun muassa avioeroja ja uusperheiden muodostumisia. Enemmistö lastensuojelun asiakkaina olevista lapsista asuu yhden vanhemman perheissä, ja erovanhemmuuden problematiikka näkyy lastensuojelutyössä vahvasti. (Heino 2013, 93–95.) Lapsiperheen ero voi merkitä huomattavaa riskiä: lapsen hyvinvointi ja kasvu vaarantuvat, jos lapsen tarpeisiin ei osata kiinnittää riittävää huomiota. (Lastensuojelun keskusliitto 2009, 26.) Ydinperheen rikkoutuminen on dynaaminen ja monimutkainen prosessi, jonka vaikutukset välittyvät lapseen. Hyvä suhde ainakin toiseen vanhempaan ja tältä saatu tuki suojaavat lasta eron vaikutukselta. (Marttunen 2005, 5.) Itse eroa merkittävämmiin lasten hyvinvointiin vaikuttaa kuitenkin vanhempien välinen konflikti (Niemi 2012, 41).

Perherakenteiden muutosten lisäksi usein myös lasten asuinpaikka ja arjen kasvuympäristöt ovat vaihtuneet. Lisäksi etenkin nuorten huostaanotoissa vaikeudet koulunkäynnissä näkyvät sijaishuollossa selvästi. (Heino 2013, 93–95.) Huolimatta monista asiakasperheistä yhdistävistä taustatekijöistä, on lastensuojelussa huomioitava sekä lapset että heidän vanhempansa yksilöinä. Esimerkiksi vanhemmuustaidot, motivaatio, henkinen tasapaino ja tavoitteet voivat vaihdella paljon. Perheiden taustoihin, nykytilaan ja verkostoihin on tarpeen kiinnittää yksilöllistä huomiota. (Kaikko & Friis 2013, 108–110.)

Kaiken kaikkiaan lastensuojelun asiakkaiksi tullaan kuormittuneista tilanteista. Perheen sisäiset vuorovaikutuksen ongelmat korostuvat etenkin perheen ulkopuolelle sijoitettujen nuorten kohdalla. Yleisesti voidaan sanoa, että ristiriidat lapsen ja vanhemman välillä

ovat usein syynä lapsen sijoitukseen kodin ulkopuolelle. (Heino 2013, 93–95.) Hauras vanhempi ei kuitenkaan aina ole päihderiippuvainen, syrjäytynyt tai sairas, vaan hän voi olla myös ulkonaisesti vahvalta vaikuttava, mutta oman onnellisuutensa ensisijaiseksi asettava aikuinen. Sosiaalisten ongelmien lisäksi puutteellisen vanhemmuuden taustalla voi olla elämänvalintoja, jotka heikentävät vanhemmuutta ja altistavat lapset turvattomuudelle. (Mattila 2011, 56–57). Vanhemman kyky pitää mielessä sekä oma että lapsen erillinen mieli, toisin sanoen vanhemman mentalisaatiokyky, kertoo paljon perheen sisäisistä suhteista ja vanhempien kyvystä vastata lapsensa tarpeisiin (Pajulo ym. 2016, 35–36).

Jokainen lapsi tarvitsee vahvistusta tunteelle, että on hyväksytty ja ainutlaatuinen. Etenkin vaikeissa olosuhteissa varttuneet lapset tarvitsevat monimuotoisia kuulluksi ja nähdyksi tulemisen tapoja, jotta pääsisivät kosketuksiin tunteidensa kanssa. Vaikka lapsen elämää ei joiltakin osin voisi muuttaa, on tärkeää, että lapsella säilyy tunne siitä, että hän kykenee tunnistamaan omat tarpeensa ja toiveensa ja vaikuttamaan elämänsä kulkuun. (Känkänen 2006, 147–148.) Lapsen äänen esilletuominen perheitä koskevissa kriiseissä on tarpeen, sillä esimerkiksi erotilanteissa vanhempien keskinäiset ristiriidat uhkaavat viedä liikaa tilaa, eikä lasta aina osata riittävällä tavalla ottaa huomioon (Heino 2013, 97).

Kehittämishankkeen toimeksiantajalla, Mäntymäen perhekeskuksella, oli tarve keskustelua tukevalle välineelle. Perhekeskuksessa vanhemmuustyöskentely pohjautuu tyypillisesti keskustelulle, vaikka joitakin toiminnallisia menetelmiäkin käytetään. Joskus pelkkä keskustelu tuntuu riittämättömältä, eikä asettuminen lapsen asemaan ole vanhemmalle helppoa. Tästä tarpeesta kasvoi opinnäytetyöni tavoite: suunnitella ja toteuttaa konkreettinen ja toiminnallinen työväline, joka auttaisi vanhempaa näkemään lapsen kokemuksen erillisenä omasta kokemuksestaan ja havainnollistaisi mentalisaatiokyvyn elementtejä. Vaikka mentalisaatioteoria on jo noussut laajasti ihmissuhdetyön keskiöön, ja tarjolla on sekä vanhemmille että työntekijöille koulutusta ja vertaisryhmiä, mentalisaatioon perustuvia toiminnallisia työvälineitä on vähän. Mielenpeli vastaa siis alan todelliseen tarpeeseen nostaa keskiöön lapsen mieli, lapsen erillisyyden ja tunteet toiminnallisella ja helposti lähestyttävällä tavalla.

Lastensuojelussa tarvitaan uudenlaisia tapoja kommunikoida asiakasperheiden kanssa, ja etenkin akuutissa kriisitilanteissa elävät perheet tarvitsevat tukea vuorovaikutussuhteilleen. Känkänen (2013, 69) mukaan omaelämäkerralliset, toiminnalliset ja taidelähtöiset menetelmät auttavat luomaan sellaista sosiaalista tilaa, joka tukee lapsen tarvetta

tulla kuulluksi ja nähdyksi omana itsenään. Juuri tämän tyyppiseen tarpeeseen toivon Mielipeli-työvälineen vastaavan: auttamaan vanhempia ymmärtämään lapsen näkökulmaa ja tunteita perhettä ravistelevissa kriisitilanteissa, vanhempien välisissä ristiriidoissa ja laitossijoituksen aikana.

Kehittämishankkeen kesto oli vain reilut puoli vuotta, joten tavoitteeksi asetettiin työvälineen valmistuminen prototyyppiasteelle. Henkilökohtainen tavoitteeni oli lisätä osaamistani projekti- ja kehittämistyöstä ja työvälineiden suunnittelusta ja toteutuksesta. Halusin myös syvällisesti tutustua sijaishuollossa tehtävään vanhemmuustyöhön ja lastensuojelualan työprosesseihin yleensä.

2.2 Mäntymäen perhekeskus kehittämishankkeen toimintaympäristönä

Mäntymäen perhekeskus on Turun kaupungin 24-paikkainen vastaanottokoti, joka tarjoaa lyhytaikaisia arviointi- ja tutkimusjaksoja sekä avohuollon tukitoimena että kiireellisesti sijoitetuille 7–17-vuotiaille turkulaisille lapsille ja nuorille (Turku 2016). Vastaanottokoti on lastensuojelulaitos, jossa lapsen sijaishuolto järjestetään lyhytaikaisesti, kunnes pysyvä sijoituspaikka saadaan järjestettyä. Vastaanottokodissa myös arvioidaan lapsen ja hänen perheensä tilannetta ja tuen tarvetta. Vastaanottotyössä korostuu kriisihoito ja arviointityö. (Saastamoinen 2008, 86.) Sijoitukset vastaanottokodeissa ovat pituudeltaan normaalisti maksimissaan puoli vuotta, jonka aikana tehdään ehdotus lapsen hoito- ja kasvatussuunnitelmasta sekä perheen kuntoutussuunnitelma (Terveysten ja hyvinvoinnin laitos 2014a.). Lapsi tulee perhekeskukseen usein akuutista tai pitkittyneestä koko perhettä koskevasta kriisitilanteesta, johon lapsi on reagoanut voimakkain psykososiaalisin oirein (Turku 2016).

Mäntymäen perhekeskuksessa on neljä osastoa, joista kolme on vastaanotto-osastoja ja yksi niin sanottu jalkautuva- ja intervalliosasto. Mäntymäen perhekeskus tekee kiinteää yhteistyötä muiden Turun kaupungin perhepalveluiden, terveydenhuollon, päivähoidon ja koulutoimen kanssa sekä sosiaalipäivystyksen ja sijaishuollon järjestämisestä vastaavien kaupungin sosiaalityöntekijöiden kanssa. Lisäksi perhekeskus toimii yhteistyössä muiden lastensuojelulaitosten sekä päihdehuollon toimijoiden kanssa. (Turku 2016.) Mäntymäen perhekeskuksen toimintaa on viime vuosina uudistettu, ja keskuksessa pyritään aktiivisesti löytämään uudenlaisia työtapoja lasten ja heidän vanhempiensa kanssa toimimiseen.

Mäntymäessä työskennellään moniammatillisessa työyhteisössä, jossa perheiden tarpeisiin vastaa päivittäisellä tasolla ohjaajia (pääosin sosionomeja ja sosiaalihojaajia), sairaanhoitajia, sosiaalityöntekijöitä ja psykologi. Toimimalla moniammatillisesti perheen tilanteesta saadaan kokonaisnäkemys, joka sisältää perheenjäsenten kokemuksen lisäksi myös eri ammattilaisten perspektiivin tilanteeseen (Järvinen ym. 2012, 194).

Sijoituksen aikana vastaanottokodin tehtävänä on käydä vanhempien kanssa keskustelua siitä, miten perheen ongelmat vaikuttavat lapseen ja hänen kehitykseensä. Työntekijät pyrkivät motivoimaan, ohjaamaan ja tukemaan vanhempia omien ongelmien tunnistamisessa ja tuen vastaanottamisessa. (Terveiden ja hyvinvoinnin laitos 2014a.) Perhekeskuksen vastaanotto-osastoilla työtä on jaettu ohjaajien ja sairaanhoitajien välillä niin, että omaohjaajat vastaavat pääasiassa lasten kanssa työskentelystä osastolla sekä verkostoyhteistyöstä muun muassa koulujen ja kaupungin sijais- ja avohuollon työntekijöiden kanssa, kun taas sairaanhoitajat vastaavat vanhempien kanssa tehtävästä työstä. (Mäntymäki 2016a). Työnjako perustuu paitsi vakansseihin, myös ajankäyttöön ja moniammatilliseen toimintatapaan. Osin työtehtävät menevät limittäin, ja monissa tapaamisissa on paikalla sairaanhoitajan ja ohjaajan muodostama työpari. Mäntymäen perhekeskuksen työtapana on yhteisöllinen, yhteisvastuullinen ja tiimityötä korostava.

Sijoitetun lapsen omahoitaja, osaston sairaanhoitaja, vastaava osastonhoitaja, talon psykologi sekä talon sosiaalityöntekijä muodostavat hoitoryhmän, joka tapaa säännöllisesti. Vähintään kolmen viikon välein kokoontuvissa hoitoryhmissä siirretään tietoa ja pohditaan yhdessä asiakasperheen asioita.

Erityissairaanhoitajat käyvät vanhempien kanssa taustakeskusteluja ja kartoittavat tuen tarvetta. He ovat myös päävastuussa yhteydenpidosta vanhempiin. Ohjaajatkin työskentelevät vanhempien kanssa, sillä vanhemmat ovat usein läsnä osaston arjessa. Ohjaajan työssä kuitenkin sijoitetun lapsen omahoitajuus ja osallistuminen osaston arkeen ovat ensisijaisia työtehtäviä. (Mäntymäen perhekeskus 2016a.) Mäntymäen perhekeskuksessa vanhemmuustyössä käytetään paljon vapaita keskusteluja, joissa vanhemmuutta arvioidaan ja pyritään tukemaan vanhemman kykyä toimia lapsensa huoltajana. Vanhemmuuden roolikarttaa ja verkostokarttaa käytetään usein. Dialogia voidaan tukea käyttämällä toiminnallisia menetelmiä, kuten korttityöskentelyä, asioiden havainnollistajana (esimerkiksi Nalle-kortit ja Vahvuuskortit).

Kehittämishanke kohdentuu koko laitokseen, koska prosessissa syntyvä työväline on tarkoitus ottaa käyttöön kaikilla perhekeskuksen osastoilla siihen soveltuvissa tilan-

teissa. Työvälinettä tulevat ensisijassa käyttämään perhekeskuksen erityissairaanhoidajat, sillä heidän vastuullaan on asiakasperheiden vanhempien kanssa käytävät keskustelut, kartoitukset ja tavoitteellinen työskentely perheen sisäisen vuorovaikutuksen parantamiseksi. Jalkautuvan- ja intervallityön osastolla toiminnallisia työvälineitä perheiden kanssa käyttävät kaikki, eikä muiden osastojen kaltaisia selkeitä työnjaollisia rajoja ole. (Mäntymäen perhekeskus 2016a.)

3 VANHEMMAN MENTALISAATIOKYKY JA RIITTÄVÄN HYVÄ VANHEMMUUS

3.1 Mentalisaatio ja reflektiivinen kyky

Mentalisaatiolla tarkoitetaan kykyä ymmärtää oma ja toisen mieli erillisinä ja taitoa sekä pyrkimystä ymmärtää toisen käyttäytymisen takana olevat tunteet, halut ja uskomukset. Mentalisaatio on siis halua ja kiinnostusta pohtia toisen mielen sisältöjä siten, ettei toisen mieltä tulkita oman näkökulman kautta. Mentalisoidessaan ihminen käyttää esitietoista, mielikuvituksellista ajattelukykyä, joka mahdollistaa käyttäytymisen samanaikaisen havainnoinnin ja tulkinnan. (Fonagy & Allison 2012, 11.) Ei-tietämisen tila, jossa hyväksytään ihmismieli osittain mysteerinä, auttaa näkemään vuorovaikutuksen systeeminä, josta absoluuttista totuutta ei voi löytää. Ei-tietäminen auttaa pysymään sensitiivisenä toisen viesteille, ja muuttamaan tulkintaa sekä toimintaa, jos tilanne niin vaatii. (Isosävi 2015, 299–300.)

Mentalisaation käsite on lähellä useita muita psykologisia käsitteitä, kuten empatia ja mielen teoria. Kuitenkin vain mentalisaatiolle on ominaista kognitiivisten ja emotionaalisten toimintojen yhdistäminen ja kohdistuminen samanaikaisesti sekä itseen että toiseen. Mentalisaatiokyky mahdollistaa tunteiden ja stressin säätelyn sekä itsessä että toisissa, ja tämän ominaisuuden takia mentalisaatioon perustuvan työskentelyn on todettu olevan hedelmällistä muun muassa psykoterapiassa ja erilaisissa interventioissa. Hyvä mentalisaatiokyky auttaa myös ennakoimaan toisten reaktioita eri tilanteissa. Mentalisaatiokykyä pidetäänkin psyykkisen hyvinvoinnin kulmakivenä ja suojaavana tekijänä kriisitilanteissa. (Pajulo ym. 2016, 35–36; Larmo 2010, 616.)

Kyky mentalisaatioon on mielekkään sosiaalisen kanssakäymisen perusta. Se luo merkityksen tunnetta ja syvää yhteyttä toiseen ihmiseen. (Kalland 2014, 26.) Vanhemmuustaidoissa mentalisaatiokyvyllä on suuri merkitys, sillä se auttaa vanhempaa näkemään lapsi omana yksilönään, jolla on omat halunsa ja pyrkimyksensä. Vanhemman hyvä mentalisaatiokyky edistää lapsen ja aikuisen välistä hyvää vuorovaikutusta ja lapsen suotuisaa kokonaiskehitystä. Erityisesti haastavissa tilanteissa on tärkeää, että vanhempi osaa ja jaksaa katsoa lapsen ilmiä käyttäytymisen taakse ja miettiä, mitä lapsi tuntee toimiessaan tietyllä tavalla. Riittävän mentalisaatiokyvyn omaava vanhempi kykenee eläytymään lapsen mieleen ja vastaa lapsen tunneviesteihin sopivalla tavalla. (Pajulo ym. 2016, 36.) Mentalisaatio ei kuitenkaan tarkoita toisen tunteissa vellomista tai niiden

yliallysointia, vaan sen tavoitteena on arjessa tapahtuvan hyvän vuorovaikutuksen edistäminen. Sen sijaan, että vanhempi reagoisi lapsen haastavaan käytökseen omasta turhautumisestaan käsin, hän pyrkii pysähtymään hetkeen ja luomaan omalla olemuksellaan rauhoittavaa ja hyväksyvää ilmapiiriä. (Korpiola 2014.) Mentalisaatio luo vakautta ihmissuhteisiin ja edistää perheen kommunikaatiota sekä kykyä säädellä etäisyyttä ja läheisyyttä sopivalla tavalla. Turvallisessa ja luottavaisessa suhteessa uskalletaan miettiä toisen omasta ajattelusta poikkeavia näkemyksiä. (Pajulo ym. 2016, 35–36.)

Trauma-, stressi- ja kriisitilanteissa mentalisaatiokyky voi väliaikaisesti heiketä, ja haastavissa perhetilanteissa se onkin usein alentunut. Mitä kuormittuneempi vanhempi on, sen vaikeampi hänen on asettua lapsen asemaan ja pitää lapsen mieli omassa mielessään. Kuitenkin jo pyrkimys lapsen mielensisäisten asioiden ymmärtämiseen voi olla ratkaisevaa. Pysyvästi alentunut mentalisaatiokyky on yhteydessä vanhemman omiin varhaisiin traumakokemuksiin, psyykkisiin häiriöihin ja päihdeongelmiin. (Pajulo ym. 2016, 35–37.) Mentalisaatiokyvyn puutteet voivat aiheuttaa lapsen käyttäytymisen väärintulkintoja, pettymystä, vuorovaikutusongelmia ja pahimmassa tapauksessa jopa lapsen laiminlyöntiä ja pahoinpitelyä. (Pajulo & Pyykkönen 2011, 72.) Puutteellinen mentalisaatiokyky tekee elämän arvaamattomaksi ja sen on todettu olevan yhteydessä epävakaiseen persoonallisuuteen ja psyykkisiin ja neuropsykiatriisiin häiriöihin (Larmo 2010, 616). Ihmissuhteissaan varhain vaurioitunut on riskialtis kohtelevaan myös omia lapsiaan mekaanisesti, koska lapsen näkökulmaan eläytyminen on mahdotonta. Puutteellisesta mentalisaatiokyvystä voikin syntyä ylisukupolvinen turvattoman kiintymyksen ja kaltoin kohtelun ketju. (Pajulo ym. 2016, 35.)

Mentalisaation teemat ovat jatkuvasti läsnä lastensuojelutyössä, ja vanhemman mentalisaatiokyvyn vahvistaminen on lastensuojelun ydintyötä. Tätä kykyä vahvistavien ajattelun- ja työtapojen soveltaminen on kiireellistä ja perusteltua. Tiedostamattomaan on vaikea saada muutosta, joten on tärkeää nostaa vanhemman tietoisuutta kielellisen ilmaisun ja pohdinnan kautta. (Pajulo ym. 2016, 34–35.)

Reflektiivinen kyky tarkoittaa kykyä havainnoida ja ymmärtää omaa kokemusta sekä vastaanottaa ja säädellä toisen tunteita. Mentalisaatiokykyä ja reflektiivistä kykyä käytetään joskus rinnakkaiskäsitteinä. Molemmat käsitteet viittaavat yksilön kykyyn muodostaa yhteyksiä kokemusten ja mielikuvien välille (Ahqvist-Björkroth ym. 2016, 117). Reflektiivisen kyvyn voidaan ajatella olevan mentalisaatioteorian käytännön ilmentymä, koska se on sekä taitoa että käytännön toimintaa (Cooper & Redfern 2016, 9). Käsite

reflektiivisestä kyvystä perustuu siis mentalisaatioon ja on sen käytäntöön viety toimintamalli sekä mitattavissa oleva ominaisuus. Käsite on syntynyt, kun mentalisaatioita halettiin tutkia myös tieteellisesti. (Kauppi ym. 2012, 9.)

Vanhemman reflektiivinen kyky on toisaalta perspektiivin luomista omiin lapsuudenkokemuksiin ja toisaalta lapsen tunnekokemusten peilaamista ja vastaanottamista siten, että se tukee lapsen tunnesäätelytaitojen kehittymistä. (Pajulo 2004, 2544.) Kun vanhempi osaa mentalisoida omia kokemuksiaan varhaisissa ihmissuhteissaan, hän tulee tietoiseksi niiden vaikutuksista itseensä ja voi paremmin valita, mitä hän haluaa tehdä samalla tavalla kuin omat vanhempansa ja missä hän haluaa toimia toisin (Ahlqvist-Björkroth ym. 2016, 117). Reflektiivinen kyvykkyys on yhteydessä turvalliseen kiintymystapaan, ja toisaalta vanhemman omat puutteet varhaisissa kiintymyssuhteissa ennustavat yli sukupolvien ulottuvaa puutteellista reflektiokykyä (Cooper & Redfern 2016, 13–14).

Vanhemman reflektiivisyyden nähdään rakentavan lasta monella tavalla: sen on todettu olevan yhteydessä lapsen joustaviin sosiokognitiivisiin taitoihin ja lisääntyneeseen kyvykkyyskokemukseen, sekä ennustavan lapsen tulevaa mentalisaatiokykyä suhteessa omiin lapsiinsa (Nijssens ym. 2012, 82). Reflektiivinen vanhempi asettuu tutkimaan lapsen kokemusmaailmaa, tarpeita ja ajatuksia erilaisissa arkipäivän tilanteissa. Reflektiivinen kyky on siis pyrkimystä ymmärtää lasta ja se näkyy vanhemmuudessa kaikessa arkisessa hoivassa. (Kalland 2014, 30–31.) Olennaista on, että vanhempi pysähtyy miettimään, mikä tunne tai kokemus lapsella mahtaa olla juuri sillä hetkellä, kun hän käyttäytyy tietyllä tavalla (Pajulo & Kalland 2006, 2608). Ei ole niinkään merkityksellistä, osaako vanhempi jokaisessa tilanteessa valita oikean reagoitavan, vaan tärkeää on itse tilanteeseen pysähtyminen ja lapselle sopivan vuorovaikutustavan etsiminen (Salo & Tuomi 2008, 25). Pohjan reflektiivisyydelle ajatellaan muodostuvan myöteläytymisen kyvystä: vanhempi ikään kuin elää tätä hetkeä kahden yksilön kokemana (Ahlqvist-Björkroth ym. 2016, 117).

Reflektiivistä vanhemmuutta pidetään lasta suojaavana, persoonallisuuden joustavuutta lisäävänä tekijänä. Hoivaajan toimiessa turvallisena peilinä lapsi oppii kestämään, mieltämään, nimeämään ja merkityksellistämään vielä hallitsemattomia tunteitaan. (Hautamäki 2005, 56–58). Yksilön kyky hahmottaa itsensä intentionaalisena olentona ja reflektoida niitä toimintamalleja, joista omat tarpeet ja tavoitteet nousevat, ovat reflektiivisen kyvyn ydintä (Hautamäki 2005, 34). Reflektiivinen kyky on siis yhdistävä lanka kahden

eri prosessin välillä, jossa vanhemman ajatukset, tunteet ja käyttäytyminen vaikuttavat lapseen ja päinvastoin (Jaskari 2008, 126).

Reflektiivisyyden lisääntymisen myötä vanhempi voi oppia ymmärtämään omaa lastaan – ja itseään lapsensa vanhempana – paremmin. Itseymmärrys ja lapsen mielen pohtiminen auttaa vanhempaa tekemään lapsen elämästä johdonmukaisempaa ja ennakoitavampaa. Vanhemman on helpompi kasvattaa lasta, kun hän ymmärtää, mitä lapsi tuntee ja haluaa, sen sijaan, että reagoisi vain siihen, mitä lapsi tekee. Näin vanhempi kykenee paremmin myös soveltamaan lastenhoitoon liittyviä ohjeita ja neuvoja tavalla, jossa yhdistyy oman lapsen tarpeiden ja tunteiden kohtaaminen. (Jaskari 2008, 128, 138–139.)

Reflektiivinen vanhemmuus auttaa näkemään käyttäytymisen taakse: ymmärtämään toisen tunteita ja ajattelua tekojen taustalla. Reflektiivisesti ajattelevien vanhempien on todettu myös olevan paremmin kosketuksissa omiin tunteisiinsa. (Cooper & Redfern 2016, 5.) Keskeistä vanhemman toiminnassa on, että vanhempi peilaa lapsen tunnetilaa ja käyttäytymistä sopivalla tavalla, heijastaen lapsen tunnetilaa omalla äänensävyllään ja ilmeillään, mutta heittäytymättä siihen liian syvälle mukaan. Vanhempi ymmärtää ja vastaanottaa lapsen tunteen, mutta vanhemman oma tunnetila on siitä erillinen. Tällainen heijastaminen auttaa lasta kehittämään omaa tunnesäätelyään. Vanhemman heikko reflektiivinen kyky taas näkyy kyvyttömyytenä tai välinpitämättömyytenä sille, että lapsella on oma erillinen mielensä ja omat tunteensa. (Pajulo 2004, 2544–2546.)

Omien traumaattisten lapsuudenkokemusten aktivoituminen, päihdeongelmat, köyhyys sekä yleinen huono-osaisuus saattavat vaikuttaa negatiivisesti vanhemman toimintakykyyn, tunne-elämään ja stressinsäätelyyn (Pajulo 2004, 2546). Nämä niin kutsutut psykososiaaliset riskitekijät voivat heikentää vanhemmuustaitoja ja perheen toimintaa. Korkean psykososiaalisen riskin perheissä on samanaikaisesti useita riskitekijöitä. Vanhemman toiminnassa näyttäytyy vaikeus ymmärtää lapsen tarpeita ja viestejä tai eläytyä lapsen kokemusmaailmaan. Vanhemman puutteellinen psyykkinen toimintakyky vaikeuttaa niin omien kuin lapsenkin tunnetilojen havaitsemista ja niiden pohdintaa. (Ahlqvist-Björkroth ym. 2016, 118). Jatkuva väärin ymmärretyksi tuleminen on haitallista vanhemman ja lapsen väliselle suhteelle. Molemmat osapuolet saattavat alkaa pyrkiä pois päin vuorovaikutussuhteesta, joka ei ole tyydyttävä eikä toimiva. (Cooper & Redfern 2016, 27.)

Vanhemman kyky kohdata lapsi erillisenä, omana persoonanaan rakentaa lapsen kykyä ajatella itseä ja toisia samalla tavalla oman mielen omaavina yksilöinä (Ahlqvist-Björkroth ym. 2016, 117; Cooper & Redfern 2016, 27). Vanhemman tarjoama apu itsesäätelyssä on pienelle lapselle välttämätöntä, sillä lapsi ei kykene itse saavuttamaan tasapainoista

tilaa aistimusten ja tunteiden virrassa. Kyky jäsentää aistimuksia nähdään sekä oppimisen että emotionaalisen kehityksen perustana. (Ahlqvist-Björkroth ym. 2016, 118). Reflektiivisen suhtautumisen ytimessä on lapsen mielen huomioiminen ja lapsen sisäisen maailman ymmärtäminen (Kalland 2014, 37; Salo & Kauppi 2014a, 50).

3.2 Mentalisaatiokyvyn kehittyminen kiintymyssuhteessa

Mentalisaatioteoria on kehittynyt kiintymyssuhdeteorian pohjalta (Kauppi & Takalo 2014, 17). Kiintymyssuhdeteoriassa tarkastellaan sitä, miten lasta hoitava aikuinen kykenee vastaamaan lapsen sekä tunnetason että konkreettisiin tarpeisiin (Hughes 2011, 31). Kiintymyssuhdeteorian kehittäjän John Bowlbyn (1969) mukaan läheiset varhaiset suhteet ovat ihmisen kehitykselle välttämättömiä. Varhaiset hoivasuhteet lienevät avainasemassa kaikkien nisäkkäiden normaalissa kehityksessä. On oletettu, että näille kiinteille, varhaisille suhteille on ollut lajinsäilymisen peruste: poikasten pitäminen turvassa saalistajilta. Vastavuoroinen läheisyyden hakeminen ja siihen vastaaminen on taannut hoivaajan ja poikasen yhdessä pysymisen ja näin mahdollistanut hengissä selviämisen. Nykypäivänäkin lapsen kiintymyskäyttäytyminen aktivoituu, kun hän kokee olonsa epävarmaksi tai uhatuksi. Kiintymyssuhdejärjestelmän voidaan sanoa palvelevan edelleen tätä päämäärää, turvallisuudentunteen kokemusta. (Fonagy & Allison 2012, 13.)

Kiintymyskäyttäytyminen tukee myös lapsen psyykkistä kehitystä. Lapsi tarvitsee turvallisuutta ja jatkuvuutta omissa ihmissuhteissaan ja sitä että joku pitää häntä mielessään jatkuvasti ja kokonaisvaltaisesti. (Kauppi & Takalo 2014, 17.) Vain riittävän turvallisen ja rauhallisen lapsi voi alkaa kiinnostua ympäristöstään ja toisista ihmisistä (Kauppi & Takalo 2014, 17).

Vanhemman varhaislapsuuden kiintymyskokemukset ja hänen nykyinen suhtautumisen omiin lapsuuden kokemuksiinsa ovat yhteydessä siihen, miten joustavasti ja ristiinriidattomasti vanhempi kykenee ymmärtämään omaa sekä lapsensa mieltä, näiden välisiä eroavuuksia ja mielen sisältöjen yhteyksiä käyttäytymiseen. Lapsi pyrkii vauvaiästä lähtien aktiivisesti jakamaan kokemuksiaan häntä hoitavan aikuisen kanssa. Vauvan kokeman hoivan on vastattava sekä vauvan fyysisiin että emotionaalisiin tarpeisiin. (Kalland 2014, 26.) Toistuvista vuorovaikutustilanteista rakentuu sisäistyneitä malleja, jotka ohjaavat havaintoja, tulkintoja ja toimintaa tulevaisuuden vuorovaikutustilanteissa (Ahlqvist-Björkroth ym. 2016, 116). Lapselle kehittyy siis toimintatapoja, joiden avulla hän kokee varmimmin saavansa yhteyden kiintymyksensä kohteeseen (Hautamäki 2001, 22–26).

Vanhemman kyky havainnoida, kannatella ja säädellä lapsen kokemusmaailmaa luovat lapselle pohjan ymmärtää, miten mieli ja ulkomaailma ovat kytköksissä toisiinsa eli luovat pohjan lapsen kehittyvälle mentalisaatiokyvyille (Kalland 2014, 26).

Mary Ainsworth (1978) eritteli tutkimuksissaan erilaisia kiintymyssuhdemalleja. Tutkimusten mukaan lapsena omaksuttu malli säilyy aikuisuuteen saakka ja periytyy hyvin ennustettavasti myös omille lapsille. Tutkijat ovat havainneet neljä erilaista kiintymyssuhdemallia lapsen ja hänen vanhemman välillä: turvallinen, välttelevä, ristiriitainen ja jäsentymätön. Turvallisessa kiintymyssuhdemallissa aikuinen kykenee asettumaan lapsen asemaan ja vastaanottaa lapsen tarpeet. Näin lapsi oppii arvostamaan omia ja muiden tarpeita ja sekä vastaanottamaan että antamaan hoivaa ja rakkautta. (Broberg ym. 2005, 129–139; Kalland 2005, 207–208.)

Välttelevässä kiintymyssuhteessa aikuinen on kiireinen ja poissaoleva, tai ei osaa tai jaksaa olla lasta lähellä niin, että lapsi kokisi itsensä arvokkaaksi. Aikuinen saattaa osoittaa olevansa kiusaantunut lapsen emotionaalisista tarpeista ja pitää tärkeänä, että lapsi on lähinnä kiltti, järkevä, reipas, pärjäävä tai iloinen. Lapsi ei opi tuntemaan omia heikkouksiaan eikä arvostamaan herkkyyttään, vaan on armoton sekä itseään että muita kohtaan. (Broberg ym. 2005, 129–139; Kauppi & Takalo 2014, 19.)

Ristiriitaisessa kiintymyssuhteessa aikuinen toimii epäjohdonmukaisesti. Vanhemman toimintaan vaikuttaa voimakkaasti oma jaksaminen, mielentila tai elämäntilanne. Usein vanhempi ei tiedä, miten lapsen kanssa pitäisi toimia. Toisinaan aikuinen saattaa lahjoa lasta ja ilmaista voimakkaita positiivisia tunteita tätä kohtaan, välillä taas suuttua ja haukkua lasta tai jättää tämän yksin tunteidensa kanssa. Lapsi ei tiedä, miten hänen pitäisi olla eikä mitä häneltä odotetaan. Ristiriitaisesti kiintyneen lapsen voi olla vaikea oppia säätelemään käyttäytymistään ja tunteitaan ikätasoisesti. (Broberg ym. 2005, 129–139; Kauppi & Takalo 2014, 19.)

Jäsentymättömässä kiintymyssuhteessa aikuinen on niin voimakkaasti omien ongelmien vallassa, että hän toistuvasti ohittaa lapsen tarpeet. Lapsi voi olla sekä konkreettisesti ja tunnetasolla selkeästi vaarassa. Aikuinen ei huomaa lasta tai näkee lapsessa vain negatiivisia puolia. Lapsi oppii, ettei aikuisiin voi luottaa, ja hän näkee itsensä eirakastettavana, jopa pahana. Hänen on vaikea oppia myös muiden ihmisten tarpeiden ja tunteiden huomioimista. (Broberg ym. 2005, 129–139; Kauppi & Takalo 2014, 19.)

Kiintymysmallit periytyvät ensisijaisesti lapsen ja ympäristön välisestä vuorovaikutuksesta, eivät niinkään geenien kautta (Kauppi & Takalo 2014, 18). Jokaisessa vanhemmassa voi olla vivahteita eri kiintymyssuuhdemalleista. Kyse ei ole välttämättä peruuttamattomista seikasta, johon ei voisi vaikuttaa. Kiinnittämällä huomiota keskinäiseen vuorovaikutukseen vanhemmat voivat muuttaa ja kehittää tunnesuhteita omassa perheessään. Vanhempi voi työstää näitä malleja esimerkiksi terapian avulla tai niin, että hän saa riittävästi ohjausta lapsensa tarpeiden ja tunteiden ymmärtämiseen. (Broberg ym. 2005, 129–139; Kauppi & Takalo 2014, 20.) Kenelläkään kyky säädellä tunteita ei ole synnynnäinen, vaan se pitää oppia ja se kehittyy ennen muuta turvallisissa kiintymyssuhteissa (Fonagy & Allison 2013, 17). Kiinnittymisessä hoivaajaan lapsi on kokemuksensa myötä rakentanut itseään ja muita ihmisiä koskevan käsityksen, joka muokkaa hänen odotuksiaan vuorovaikutustilanteista ja vaikuttaa hänen myöhempään kykyynsä mentalisoida ja toimia itse hoivaajana (Kalland 2005, 204).

Mentalisaatioteoria tarjoaa mahdollisuuden hahmottaa, millä tavoin yksilön sisäinen kokemusmaailma ja sen rakentuminen ovat yhteydessä ulkoisen maailman vuorovaikutussuhteisiin. Mentalisaatioteorian kautta voidaan siis tarkastella yksilön kehitystä kiintymyssuhteessa, sillä mentalisaatiokyky kehittyy vaiheittain vauvasta aikuisuuteen. Kehitykseen vaikuttavat olennaisesti varhaiset vuorovaikutuskokemukset, kiintymyssuhteet, koska vauvan mieli kehittyy vain suhteessa häntä hoivaavaan aikuiseen. Vastavuoroinen vauvan ja vanhemman välinen suhde luo tunteidensäätelyn perustan, turvallisuuden kokemuksen. Turvallisuuden lisäksi hoivasuhteessa voidaan saavuttaa toinenkin kehityksellinen päämäärä: pitkäkestoinen kiintymyssuhde mahdollistaa oman ja toisen mielen tutkailun ja monimutkaisten sosiaalisten taitojen oppimisen. Lapsi oppii paitsi ymmärtämään omaa sisäistä maailmaansa, myös vaalimaan kontaktia toiseen tärkeään ihmiseen ja kunnioittamaan toisen kokemusta. (Kauppi & Takalo 2014, 20; Salo & Kalland 2014, 39.)

3.3 Riittävän hyvä vanhemmuus

Perhesuhteet ovat keskeisiä, vaikuttavia ja merkittäviä suhteita. Ne erottuvat muista läheisistä ihmissuhteista perheisiin liittyvien velvoitteiden, tunnesiteiden ja vastuiden kautta. (Sevon & Notko 2008, 13–14.) Vanhemmuus syntyy vastavuoroisesti lapsen kanssa ja siihen vaikuttavat vanhemman omat kokemukset ja omilta vanhemmilta perityt

arvot, ympäröivän kulttuurin arvot ja tottumukset sekä yhteiskunnan asettamat vaatimukset. (Kannasoja 2013, 67.) Vanhemmat ovat lapsilleen tärkeitä huoltajina, rajojen asettajina, elämän opettajina ja rakkauden antajina (Järvinen ym. 2012, 125).

Perushuolenpidon, kuten ravinnon saannin ja puhtaudesta huolehtimisen lisäksi vanhemmuuteen kuuluu lapsen henkisen kehityksen turvaaminen ja lapsen suojeleminen haitallisilta vaikutteilta. Täydellistä vanhemmuutta ei ole olemassa, ja jokaisella vanhemmalla on oma käsityksensä hyvästä tai riittävän hyvästä vanhemmuudesta. (Järvinen ym. 2012, 125). Riittävän hyvään vanhemmuuteen voidaan kuitenkin katsoa olennaisesti kuuluvan tiettyjä piirteitä. Lapsen tarpeisiin vastaaminen, sitoutuminen lapseen, hoivan ja kiintymyksen tarpeen tyydyttäminen sekä turvallisten rajojen asettaminen ovat lapsen hyvinvoinnin ja mielenterveyden perusedellytyksiä (Niemi 2013, 39; Marttunen 2005, 4). Vanhemmuuteen kasvamista voidaan pitää yhtenä ihmiselämän vaativimmista kehitystehtävistä (Bardy 2002, 36).

Vanhemman sensitiivisyys eli kyky reagoida lapsen viesteihin nopeasti, johdonmukaisesti ja osuvasti, tukee vanhemman ja lapsen läheisen suhteen muodostumista (Pajulo 2004, 2543). Myös kyky muistaa, miltä tuntui olla lapsi, on tärkeää, koska se vaikuttaa tapaan, jolla vanhempi kohtaa lapsensa ja siihen, miten hän oppii havainnoimaan lastaan. Lapsen maailmaan asettuminen vaatii vanhemmalta aikaa ja harjoittelua. (Vilen ym. 2013, 167–169.) Riittävän hyvä vanhemmuus syntyy vanhemman rakkaudesta lapseen ja halusta tukea hänen kasvuaan. Riittävän hyvä vanhemmuus on myös sitä, että kykenee asettamaan lapsen tarvitsevuuden omansa edelle. (Matti 2011, 55.)

Kunnioittava asennoituminen lapseen tukee vanhemman ja lapsen vuorovaikutuksen kehittymistä. Kunnioittava kasvatus on päivittäistä ajatustenvaihtoa, lapsen kuuntelemista ja hänen tunteidensa herkkää havainnointia. Perheen vuorovaikutuksella ja sen luomalla turvallisuudentunteella voi olla merkittäviä vaikutuksia lapsen käyttäytymiseen ja sosiaalisiin taitoihin. (Juusola 2010, 15–16.) Vanhemman ja lapsen välinen vuorovaikutus koostuu mielikuvista, tunteista ja arkisista tilanteista. Ne mielikuvat, joita vanhemmat rakentavat lapsistaan ja lapsi vanhemmistaan, muokkaavat molempien käsityksiä ja toimintaa. Tunnetason vuorovaikutuksessa korostuvat vanhemman ja lapsen yhdessä vietetty aika ja kokemukset läsnäolosta ja sitoutumisesta. Arkitilanteisiin kuuluvat myös ne merkitykset, joita yhdessä koetut hetket ja arki päivärytmeineen muodostavat. (Järvinen ym. 2012, 126).

Sirpa Kannasoja (2013) tutki lapsen ja nuoren sosiaalista toimintakykyä vanhemmuustyylien ja perheen toimivuuden käsitteiden kautta. Tutkimuksessa pääteltiin, että nuoren

kehitykseen vaikuttaa voimakkaasti perheen toimivuus: perheen vahva yhteenkuuluvuus ja vähäiset konfliktit sekä toimivat rutiinit ennustavat nuorelle vahvaa sosiaalista toimintakykyä varhaisaikuisuudessa. Tutkimuksessa todettiin nuorten sosiaalisen toimintakyvyn olleen hyvä, kun vanhemmat olivat rakastavia, lapsiaan kunnioittavia ja huomioonottavia, mutta asettivat lapsilleen kuitenkin selvät rajat. Perheen toimivuuteen vaikuttivat hyvät keskusteluyhteydet vanhempien ja nuorten välillä sekä kodin lämmin ilmapiiri. Tärkeää näytti olevan myös se, ettei lapsen ollut tarpeen kantaa suurta huolta esimerkiksi perheen toimeentulosta, vanhempien parisuhteesta tai vanhemman terveydentilasta. (Kannasoja 2013, 76–79, 205–206.)

Nuoren lisääntyvä pyrkimys itsenäisyyteen, yksityisyyden tarve ja nopeat fyysiset ja psykososiaaliset muutokset hämmentävät paitsi nuorta, myös vanhempaa. Riittävän kommunikaation, nuoren tukena olemisen ja selkeiden mutta joustavien rajojen ylläpitäminen ei aina ole yksinkertaista, mutta ne kuuluvat olennaisena osana hyvään vanhemmuuteen. Liika sallivuus aiheuttaa nuoressa epävarmuutta, mutta liian tiukat rajat vievät tilaa kasvulta ja nuoruuden kehitykseltä. (Marttunen 2005, 4–5.)

Vanhemmuuteen kuuluvat myös neuvottomuuden, huolen ja syyllisyyden tunteet. Oman vanhemmuuden kehittymiseen vaikuttavat oma koettu lapsuus ja suhteet omiin vanhempiin. Vanhemmuudessa on pohjimmiltaan kysymys vuorovaikutuksesta lapsen ja vanhempien välillä. (Bardy 2002, 36–41.) Riittävän hyvää vanhemmuutta kuvaavia ominaisuuksia ovat muun muassa oma psyykkinen tasapaino ja kyky pitkäaikaisten ihmissuhteiden solmimiseen ja säilyttämiseen. Kasvatustilanteissa vanhemman tulisi olla johdonmukainen ja selkeä sekä ylläpitää turvallisia rajoja. Riittävän hyvän vanhemman tulisi myös pystyä ottamaan vastaan lapsen ja nuoren sekä myönteisiä että kielteisiä tunnereaktioita. (Marttunen 2005, 5.)

4 VANHEMMUUDEN TUKEMINEN LASTENSUOJELUTYÖSSÄ

4.1 Dialogisuus, vuorovaikutuksellinen tukeminen ja edukaationäkökulma

Vanhemman ja lapsen välinen suhde on ainutlaatuinen ja silloinkin, kun siinä esiintyy haasteita, on syytä ensisijaisesti etsiä keinoja suhteen vahvistamiselle (Mattila 2011, 55). Työntekijän ja perheen välinen keskustelu muodostaa lastensuojelun perhetyön perustan. Yhteistyön onnistumisen kannalta on tärkeää, että vanhemmat saavat tilaa ja aikaa kertoa omaa elämäntarinaansa, ja työntekijä suhtautuu näihin kertomuksiin ainutkertaisina tapahtumina. (Järvinen ym. 2012, 177.) Parhaimmillaan vuorovaikutuksessa saavutetaan asiasta uusi ymmärrys. Dialogisuus on vuoropuhelua, jossa ajatellaan yhdessä, ja vuorovaikutuksessa edetään sekä asiakkaan että työntekijän ehdoilla. (Järvinen ym. 2012, 183–184.) Yksisuuntainen vaikuttaminen ei tuota muutosta, vaan siihen tarvitaan asioiden jakamista ja yhdessä ihmettelyä (Korhonen & Holopainen 2015, 10). Dialogin myötä välittämisen ilmapiiri vahvistuu ja luottamuksellinen suhde alkaa rakentua (Reinikainen 2013, 143). Vanhemmuuden tukemisessa pyritään ottamaan huomioon perheen kokonaistilanne ja kaikkien perheenjäsenten yksilölliset tarpeet. Vanhemmuustyö on vanhemmuuden tukemista ja vahvistamista. Sen tulee olla yksilöllistä ja vastata perheen tarpeisiin. Lasta pyritään siis auttamaan edistämällä vanhempien hyvinvointia ja vanhemmuustaitoja. (Uramo 2008, 110–111; Heino 2013, 97.)

Lastensuojelussa pyritään tukemaan ja parantamaan asiakasperheiden sisäistä vuorovaikutusta, joka on usein kriisin myötä heikentynyt (Kaikko & Friis 2013, 110–111). Pitkään kestäneissä ongelmallisissa elämäntilanteissa, isoissa elämänkriiseissä ja sukupolvia kestäneen kaltoinkohtelun ketjuissa vanhempi tarvitsee paljon tukea vuorovaikutuksessa ja pyrkimyksessä muutokseen. (Heino 2013, 97; Järvinen ym. 2008, 33.) Jotta myönteisen vuorovaikutuksen kehä saadaan käyntiin, on tärkeää huomioida perheen itse esittämät tarpeet ja tarjota ensimmäiseksi niihin tukea ja ohjausta (Järvinen ym. 2012, 77). Vanhemman tavoitteena työskentelylle voi olla, että lapsi muuttuisi sijoitusjakson myötä kiltimmäksi, jolloin ei tarvitsisi komentaa niin kovasti. Muutos ei kuitenkaan voi olla lapsen vastuulla, vaan aikuisen on otettava vastuu omasta tavastaan toimia lapsen kanssa. Negatiivisen vuorovaikutuskehän muuttuminen edellyttää ensin muutosta

vanhemman toiminnassa ja ajattelussa. Vasta muuttunut suhtautuminen ja käyttäytyminen muuttavat vähitellen lapsenkin käytöstä, mikä puolestaan auttaa vanhempaa edelleen suhtautumaan lapseen positiivisemmin. (Korhonen & Holopainen 2015, 16.)

Perheet ovat loogisesti toimivia järjestelmiä, joissa yksilöt muodostavat kiinteitä kokonaisuuksia. Systeemin yhden osan muuttamisen ajatellaan vaikuttavan myös muihin osiin ja koko järjestelmään. Toisaalta, voimakas kokonaisuuteen keskittyminen voi vaikeuttaa lapsen kohtaamista yksilönä. Systeemisesti työskenteleminen ottaa huomioon koko perheen, ja täten se sopii hyvin sosiaalityön nykyiseen trendiin, jossa perhe pyritään ottamaan kokonaisuutena mukaan työskentelyyn. Menetelmät tukevat perhetyön systemistä lähestymistapaa: esimerkiksi vanhemmuuden roolikarttaa tehtäessä pyritään esittämään kysymyksiä, joilla selvitetään, miten asiakkaat näkevät eri tilanteet, miten he selittävät asioita ja mikä on heidän käsityksensä niistä. Nämä kysymykset auttavat myös hahmottamaan perheen valtasuhteita ja toimintajärjestystä. (Kaikko & Friis 2013, 115–117.)

Vuorovaikutuksellisessa tukemisessa yhdistyvät ohjaaminen ja neuvonta. Asiakkaan yksilöllisten voimavarojen löytämistä edistävät vuorovaikutuksellisen tukemisen elementit, kuten kysyminen, kuunteleminen, kehollinen viestintä ja yhdessä toimiminen. (Vilén ym. 2010, 25; Vilén ym. 2008, 13.) Vuorovaikutuksellinen tukeminen on sosiaalialalla tehtävää counselling-tason työtä, jossa yhdessä asiakkaan kanssa tehdään johtopäätöksiä ja päätelmiä. Englannin kielen sana counselling kuvaa vuorovaikutustyötä sosiaali- ja terveysalalla ja sillä on tahdottu erottaa kyseinen työmuoto psykoterapiasta. Asiakkaan kohtaaminen voi kestää vain hetken, jolloin vuorovaikutukselliseen tukemiseen riittää empaattinen kuuntelu ja rohkaisun sanat, kun taas joskus se edellyttää pitkää asiakassuhdetta ja syvää perehtymistä asiakkaan tilanteeseen. Työntekijän rooli vuorovaikutuksellisessa tukemisessa on tukea asiakkaan tietoista puolta ja olemassa olevia voimavaroja. (Vilén ym. 2008, 24).

Lastensuojelulakiin ja sosiaalihuollon asiakaslakiin perustuen työ suuntautuu yhä enenevässä määrin asiakas-, perhe- ja lapsikeskeiseen toimintaan. Tekijältä vaaditaan käsitteiden määrittelyä suhteessa omaan työhön, kun lastensuojelun painopiste on viime vuosina siirtynyt voimakkaasti perheitä osallistaviin ja tukeviin muotoihin. Lapsikeskeisen työotteen lisäksi on kyettävä ottamaan vanhemmat osallisiksi vaikeissakin tilanteissa. Perhekeskeisyyden periaatteen mukaisesti yhden perheenjäsenen tuleminen sosiaalipalvelujen asiakkaaksi vaatii huomion kiinnittämistä koko perheeseen. Kokonaisvaltaisen työote sekä avoin ja luottamuksellinen suhde vanhemman ja työntekijän välillä tukee

myös lapsen hyvinvointia. (Kaikko & Friis 2013, 110–111; Järvinen ym. 2012, 17–28; Saastamoinen 2008, 139.)

Vanhemmat kokevat usein riittämättömyyttä, yksinäisyyttä ja keinottomuutta, joihin he toivovat sosiaalista ja emotionaalista tukea perhepalveluista. Keskustelu työntekijän kanssa mahdollistaa etäisyyden ottamisen ristiriitatilanteeseen, ja keinojen pohtiminen yhdessä työntekijän kanssa saattaa lisätä voimavaroja vanhemmuuteen. (Viinikka ym. 2014, 68–69.) Vanhemmat ja lapset haluavat tulla kuulluksi ja ymmärretyksi, ja lastensuojelun sosiaalityössä tavoitellaankin kumppanuussuhdetta asiakkaiden kanssa, jotta vuorovaikutus vanhempien ja lasten kanssa toteutuisi mahdollisimman ristiriidattomasti. (Viinikka ym. 2014, 74).

Perheenjäsenillä voi olla keskenään hyvin erilaisia tulkintoja samasta kokemuksesta. Tulkintojen ääneen puhumisella voidaan edistää sitä, että toisen käyttäytymisen takana olevia ajatuksia ja näkemyksiä pystytään jatkossa ymmärtämään paremmin. Avoin vuorovaikutus ja tunnekokemusten jakaminen ehkäisevät virheellisiä olettamuksia ja usein jo automaattiseksi muodostuneita virhetulkintoja. (Salo & Kauppi, 2014a, 86–91.) Perheen tarpeita arvioidaan laaja-alaisesti ja ne määrittävät tukitoimet ja työntekijöiden toimenkuvat. Asiantuntemusta nähdään tällöin olevan molemmilla kumppanuussuhteen osapuolilla. (Vilén ym. 2008, 199.)

Lastensuojelulaitoksessa vanhemmilta edellytetään aktiivista osallistumista perheen ja lapsen hyvinvoinnin tukemiseen sekä halua muutokseen (Mäntymäen perhekeskus 2016b.) Vanhemman oma motivaatio muutokselle on välttämätön edellytys työskentelylle, ja sekä vanhemman että työntekijän on pyrittävä kohti asetettuja tavoitteita (Korhonen & Holopainen 2015, 14). Tavoitteiden saavuttamisen kannalta on olennaista, että perheenjäsenet osallistuvat aktiivisesti sekä tavoitteiden asettamiseen että ongelmien ratkaisuun, ja työskentely tukee perhettä omien kokemusten ja päämäärien reflektointiin. Perhettä tukevassa työssä pyritään myös löytämään vaihtoehtoisia toiminta- ja ajattelumalleja. (Järvinen ym. 2012, 168.) Menetelmien lähtökohtana tulee olla vanhemmuuden sekä vanhemman ja lapsen välisen vuorovaikutuksen vahvistaminen. Vaikka työmenetelmät eivät ole terapiaa vanhemmille, keskustelut voidaan kokea hoidollisina: vanhemman mieli ehkä helpottuu ja hän kokee voivansa auttaa lapsiaan (Berg & Johansson 2011, 80–81).

Edukaatio tarkoittaa tiedon ja ymmärryksen lisäämistä jostakin aiheesta tai ilmiöstä. Perhetyössä oppimisprosessilla on tarkoitus vähentää perheen ahdistusta lisäämällä tietoa

ja ymmärrystä, sekä tarjota perheelle välineitä, toimintatapoja ja uusia selviytymiskeinoja. Tavoitteena on auttaa ihmisiä kehittämään tarvittavia tietoja, taitoja ja asenteita säilyttääkseen ja parantaakseen terveyttään. (Berg & Johansson 2011, 36–37.) Omien stressitekijöiden tunteminen ja tunnistaminen auttaa elämänhallinnassa ja auttaa asiakasta hakea ajoissa lisäapua (Mielenterveystalo 2016).

Vuorovaikutuksellisten ongelmien kanssa työskentelyssä edukatiivinen työote on luonteva. Stressaavia ja perheen arkea kriisiyttäviä tilanteita saattaa olla paljon, eikä perhe näe niistä ulospääsyä, ja perheen voimavarat saattavat olla vähissä. Mallintamalla, keskustelemalla, opastamalla ja tietoa antamalla voidaan pyrkiä muutokseen perheen vuorovaikutuksessa (Berg & Johansson 2011, 37–38). Vanhemmuuden tukemisessa edukaation tavoitteena on tarjota tietoa ja taitoa vanhempana olemisesta ja toimimisesta. Edukaatio auttaa sekä normalisoimaan vanhemmuuteen liittyviä kokemuksia että luomaan ymmärrystä itseä ja lasta kohtaan. (Holopainen & Korhonen 2015, 15.)

Edukatiivisella työotteella on saatu hyviä tuloksia juuri mentalisaatiokyvyn vahvistamisessa. Tehokkainta edukaatio on prosessinomaisena kokonaisuutena, jossa asiakas saa tietoa, harjoittelee asiaa käytännössä, saa palautetta ja sen avulla hienosäätää toimintaansa. (Korhonen & Holopainen 2015, 15.) Työntekijän edukatiivinen lähestymistapa lisää vanhemman kasvatustietoisuutta, jolla tarkoitetaan tietoa ja ymmärrystä lapsen kasvun ja kehityksen lainalaisuuksista, ikätasoon liittyvistä kehitysvaiheista ja vuorovaikutuksen merkityksestä kasvatuksessa. Elämänhallinnan taitoja, kuten kognitiivisia taitoja (muun muassa tavoitteiden asettaminen, seurausten ennakointi ja itsetuntemus), tunnetaitoja (esimerkiksi tunteiden nimeäminen ja ilmaisu sekä impulssikontrolli) ja käyttäytymistaitoja (sanaton viestintä ja sanalliset taidot) voi oppia tunnistamaan, ja niitä voi harjoitella. (Järvinen ym. 2012, 130–139.)

4.2 Reflektiivinen työote vanhemmuuden tukemisessa

Reflektiivisen kyvyn voidaan sanoa olevan koko inhimillisen vuorovaikutuksen perusta ja välttämätöntä kaikessa ihmissuhdetyössä (Salo & Kauppi 2014a, 75). Reflektiivisyydellä tarkoitetaan erilaisten näkökulmien ja vaihtoehtoisten mahdollisuuksien pohdiskelua. Tällaisella työotteella hankalista asioista keskusteleminen saadaan tuntumaan vähemmän uhkaavalta. (Berg & Johansson 2011, 100.) Reflektiivinen työote on paitsi työme-

netelmä, myös erityinen asennoituminen asiakas-työntekijäsuhteessa. Se on halua si-
toutua ja asettua toisten ihmisten käytettäväksi, sekä merkityksen ja arvon antamista
toisen ihmisen kokemuksille. (Viinikka ym. 2014, 67.)

Vanhemmuustyössä reflektiivinen työote tukee vanhempaa muutoksessa: voidakseen
suhtautua lapseensa riittävän sensitiivisesti vanhempi tarvitsee omia kokemuksia myö-
tätuntoisista kohtaamisista. (Viinikka ym. 2014, 68–69.) Salon (2012, 99–100) mukaan
olemalla aidosti kiinnostunut vanhemman kertomasta työntekijä voi esimerkiksi osoit-
taa, että jokaisen esille tuomat kokemukset, ajatukset ja tunteet ovat arvokkaita. Näin
hän voi osoittaa mentalisoinnin arvoa sekä tukea yhteistä ihmettelyä ja myötätuntoista
ilmapii-riä. Yhteyteen asettumalla ollaan reflektiivisen toiminnan ytimessä: työntekijän on
löydettävä itsestään kokemuksellinen tila, jossa on mahdollista hakea yhteyttä toiseen
(Mäkelä 2014, 171).

Reflektiivinen työntekijä pyrkii aktiivisesti löytämään eri näkökulmia ja auttaa perheenjä-
seniä ymmärtämään toistensa kokemuksia kysymysten ja pohdintojen avulla. Kyse ei
ole tulkintojen tekemisestä, vaan huomion suuntaamisesta toisen näkökulmaan. Kuun-
nellessaan vanhemman kuvausta lapsen hankalasta käyttäytymisestä, työntekijä auttaa
vanhempaa pohtimaan, miltä tästä itsestä tuntuu näissä tilanteissa. Jos vanhempi kertoo
vain omista kokemuksistaan ja unohtaa lapsen näkökulman, työntekijä voi suunnata van-
hemman huomion lapsen kokemuksiin ja tunteisiin. Näkökulmaa vaihtamalla vanhempi
voi löytää uuden tarkastelukulman tilanteeseensa. (Salo & Kauppi 2014a, 87.) Vanhem-
muustyö perustuu ajatukseen, jonka mukaan vanhemman tukeminen toimii sekä ennal-
taehkäisevänä että korjaavana toimenä lapsen hyväksi. Vanhemman merkitys lapsen
ensisijaisena kiintymyssuhteena, tunnesäätelyn opastajana ja itsen peilaajana on perus-
tavanlaatuinen. Vanhemman mentalisaatiokyvyn tukemisen on todettu paitsi hyödyttä-
vän vanhemman ja lapsen välistä suhdetta, myös ehkäisevän lapsen epäsosiaalisia käy-
tösmalleja. (Nijssens ym. 2012, 83; Cooper & Redfern 2016, 4.)

Lapsen hyvinvoinnin kannalta on erityisen tärkeää arvioida ja tukea vanhempien menta-
lisaatiokykyä. Työntekijän suhtautuessa asiakkaaseen kuin sensitiivinen ja responsiivi-
nen vanhempi ja luodessa vanhempaan myönteistä ja kiinnostunutta tunneyhteyttä, van-
hemman kyky havaita ja pohtia omia ajatuksia ja tunteita lisääntyy. Kun työntekijä pitää
vanhemman mielessä, voi vanhempi alkaa pitämään lasta mielessä. (Salo 2012, 99–
100; Viinikka ym. 2014b, 108).

Vanhemman mentalisaatiokykyä voidaan tukea kannustamalla vanhempaa pohtimaan
avoimesti omia ja lapsen kokemuksia sekä niiden yhteyksiä käyttäytymiseen (Kalland

2014, 26). Mentalisaatioteoria selittää, miksi mielentilojen kehitys on tärkeää psyykkiselle hyvinvoinnille ja myös sitä, mikä osuus niillä on pahoinvoinnissa. Asiakastyössä lähdetään kuitenkin aina asiakkaan henkilökohtaisesta näkökulmasta. Vanhemman tukemisessa reflektiivisyyteen ei ole tarkoitus teoretisoida tai esittää ulkoapäin tulkintoja. Reflektiivinen työote tukee ja kehittää asiakkaan kykyä pohtia henkilökohtaisia, merkityksellisiä tunteita ja tarpeita hänen omasta ainutkertaisesta näkökulmastaan. (Salo & Kauppi 2014b.) Monimuotoisten tunteiden ja tilanteiden ymmärtäminen ja yhteen kytkeminen sekä tulkinnan mahdollisen virheellisyyden sanallistaminen auttavat vanhempaa samankaltaisen asenteen omaksumisessa (Viinikka ym. 2014, 105–106).

Vanhemman mentalisaatiokykyä tukevat työskentelymallit ovat perinteisesti perustuneet keskusteluun ja kielelliseen prosessointiin. Kykyä sanallistaa ja käsittää omia ja lapsen kokemuksia onkin tärkeää tukea, sillä pelkkä eläytyminen toisen kokemukseen ei riitä mentalisaatiokyvyn vahvistamiseen. Tunteiden ja kokemusten tietoista säätelyä voidaan harjoitella pohdiskellen tilanteita sekä omasta että lapsen näkökulmasta. (Ahlqvist-Björkroth ym. 2016, 118). Sladen (2006, 26) mukaan todellinen mentalisoiminen on kuitenkin paljon monimutkaisempaa kuin pelkästään lapsen kokemuksista puhuminen. Kaikille vanhemmille on haastavaa ymmärtää, kuinka heidän omat ajatuksensa ja tunteensa vaikuttavat lapseen. Mentalisaatiota tukevien työtapojen tavoitteena on auttaa eläytymään vuorovaikutuskokemuksiin ja havainnoimaan niitä myös lapsen näkökulmasta. (Ahlqvist-Björkroth ym. 2016, 119; Nijssens ym. 2012, 79.)

Erilaisten näkökulmien avaamiseksi työntekijä voi pohtia ääneen, mitä ajatuksia vanhemman tai lapsen mielessä saattaa eri tilanteissa liikkua (Salo & Kauppi 2014a, 84). Reflektiivisillä kysymyksillä voidaan haastaa vanhempia paneutumaan syvemmälle ajattelun ja toimintojen taustaan tiedostamalla niiden takana olevia olettamuksia, uskomuksia ja arvoja. Kysymysten tarkoituksena on auttaa vanhempia lisäämään itsetiedostustaan ja tutkimaan maailmaa uudella tavalla. (Karila & Nummenmaa 2011, 54–55.) Reflektiivisessä työotteessa on olennaista, että valmiiden vastausten sijaan työntekijä auttaa asiakasta miettimään asioita eri näkökulmista. Kysymysten avulla vanhempia tuetaan kuuntelemaan ja kuulemaan lastaan, puolisoaan ja itseään. Olennaista on huomion suuntaaminen näkyvän käyttäytymisen taakse (Karila & Nummenmaa 2001, 102; Viinikka ym. 2014, 110–111).

Reflektiivisessä työskentelyssä on tärkeää, että työntekijä ei tiedä vanhempia paremmin, vaan kyseessä on tasa-arvoinen ja kaikkia osapuolia arvostava työskentelymuoto. Tie-

tämällä paremmin voi helposti mitätöidä vanhemman orastavaa ymmärrystä oman lapsen tarpeista. (Jaskari 2008, 129, 133.) Ei-tietämisen asenne suhteessa vanhempaan on tärkeä, sillä jos työntekijä asettaa keskustelulle omia tavoitteitaan, keskustelussa piilee helposti vallankäytön elementtejä ja autettava voi joutua altavastaajan asemaan. Reflektiivisessä työotteessa kysymykset ovat työkaluja, joilla työntekijä voi auttaa vanhempaa syventämään omaa ajatteluaan ja keksimään itse ratkaisuja kysymyksiinsä. (Viinikka ym. 2014, 69; Pajulo ym. 2016, 37.) Kommunikoidessaan vanhempien kanssa reflektiivisen työntekijän kannattaa kiinnittää huomiota omiin sanavalintoihinsa. Hän voi esimerkiksi kysyä vanhemmalta, ”miltä arvelet lapsestasi tuntuneen”, pikemminkin kuin ”miltä lapsestasi tuntuu”, korostaen näin ei-tietämisen tilaa ja mentalisaatiolle ominaista arvailevaa asennetta. (Salo & Kauppi 2014a, 84.) Työntekijä ei tiedä vastauksia, vaan asettuu tutkimaan asiakkaan tunteita ja ajatuksia yhdessä asiakkaan kanssa (Järvinen ym. 2012, 185).

Reflektiivisen kyvyn ja mentalisaation nähdään olevan niin keskeinen osa vanhemmuustaitoja, että niiden tukeminen on avainasemassa monissa psykiatrisissa perheinterventioissa, ja näitä interventiomalleja sovelletaan muun muassa psyykkisistä häiriöistä, kuten rajatilapersoonallisuudesta kärsivien vanhempien tukemisessa. (Nijssens ym. 2012, 82). Mentalisaation ja reflektiivisen kyvyn vahvistaminen lastensuojelun alalla on hoidollisen väliintulon paradigman muutos. Varmasti tähänkin asti moni interventio on vahvistanut vanhemman mentalisaatiokykyä, ja sitä kautta vanhemman vuorovaikutustaidot ovat parantuneet. Paradigman muutos liittyykin tietoiseksi tulemiseen, joka mahdollistaa mentalisaatioon fokusoimisen syvällisesti ja tavoitteellisesti. (Kalland 2014, 38.)

Ammatillinen vanhemmuuden tukeminen ei ole mahdollista ilman teoreettista tietämystä. Teoria ohjaa työntekijän ajattelua ja auttaa häntä jäsentämään vanhemmuuden toimivia ja haastavia osa-alueita. Ei ole siis yhdentekevää, kuka perheitä kohtaa. Vaikka vuorovaikutustaidot ovat oleellinen osa vanhempien kanssa ihmissuhdetyössä, takaa työntekijän riittävä tietoperusta syvällisemmän otteen vanhemmuuden tukemiseen. Hyvä työskentely edellyttää aluksi pysähtymistä vanhemmuuden tarkasteluun. Työntekijän tehtävä on tuoda esille vanhemman vahvuuksia, ja toisaalta rohkeasti nostaa esille myös ne huolenaiheet, jotka ovat tulleet esille työskentelyn aikana. Avoin ja luottamuksellinen yhteistyösuhte auttaa vanhempaa pohtimaan myös vanhemmuuden haasteita ja kipupisteitä. Parhaimmillaan arviointijakso on jo itsessään tukea antava interventio. (Korhonen & Holopainen 2015, 14.)

4.3 Toiminnalliset menetelmät vanhemmuustyön tukena

Ihmiset ovat usein tottumattomia puhumaan vaikeista asioista syvällisesti (Järvinen ym. 2012, 191). Monet laajasti käytetyt keskustelumenetelmät vaativat asiakkaalta verbaalista kyvykkyyttä, ja joskus keskustelu tuntuu riittämättömältä (Kaikko & Friis 2013, 113). Tunnepitoisten ja henkilökohtaisen asioiden käsittely voi olla haastavaa, ja asiakas saattaa tarvita siihen paljon tukea työntekijältä. Keskustelupainoiteinen työskentely voi olla vanhemmille vaikeaa esimerkiksi silloin, kun vanhemman on vaikea tavoittaa ja pohtia omia ja lapsen tunnetiloja. (Ahlqvist-Björkroth ym. 2016, 118.)

Toiminnalliset menetelmät toimivat keskustelun apuvälineinä havainnollistaen ja helpottaen asioiden käsittelyä: toiminnan kautta asiakkaat saavat toteuttaa sellaisia puolia itsestään, jotka pelkässä keskustelussa ehkä jäisivät taka-alalle (Järvinen ym. 2012, 192). Toiminnallisuudella on kyky muokata ihmisen käyttäytymistä, sillä se koskettaa ihmistä kokonaisuudessaan; arvoja, tunteita, asenteita, moraalia sekä ajatusmallia (Aalto 2000, 150). Toiminnalliset välineet voivatkin toimia keskustelun avaajina ja ne voivat innostaa ja motivoida asiakasta miettimään uudenlaisia ratkaisuja (Pesäpuu 2010).

Toiminnallisten menetelmien avulla on mahdollista käynnistää prosesseja, jotka voivat johtaa muutokseen. Nämä menetelmät sisältävät enemmän toimintaa ja vähemmän sanoja. Elämyksellisessä työskentelyssä oivallus syntyy kokemuksena, jonka kautta haetaan uutta suuntaa. Yhteys omiin tunteisiin, uskomuksiin ja omaan itseensä löytyy usein parhaiten toiminnan kautta. (Järvinen ym. 2012, 192–193.) Toiminnallisemmalla ja konkreettisemmalla työskentelytavalla voidaan helpottaa vanhemman työtä tulla tietoiseksi omasta toiminnastaan ja yhdessäolostaan lapsen kanssa. Tukemalla vanhempaa kuvittelemaan ongelmatilanteita etukäteen ja miettimään lapsen mahdollisia reaktioita sekä niiden vaikutusta vanhemman omaan mielialaan ja käytökseen voidaan saada aikaan muutoksia vanhemman ajattelutavassa. (Ahlqvist-Björkroth ym. 2016, 119).

Parhaimmillaan toiminnallisuus virittää hyvää tunneyhteyttä ja motivoi työskentelyyn, luo selviytymiskeinoja ja helpottaa löytämään ilmaisuja tunteille ja ajatuksille. Menetelmä on väline tiettyyn tavoitteeseen pääsemiseksi, ja väline valitaan palvelemaan tavoitetta, esimerkiksi vanhemmuustaitojen tukemista. Työvälineen valinnassa on tärkeää keskittyä siihen, mitä apua ja hyötyä asiakkaalle ja työntekijälle voi valitusta työvälineestä olla. Pohdinnassa perehdytään menetelmän taustateoriaan ja huomioidaan sekä menetelmän vahvuudet että katvealueet. Yksittäistä menetelmää ei ehkä voida sijoittaa tiettyyn

teoriasuuntaukseen, mutta jonkinlainen käsitys menetelmän lähtöajatuksista parantaa sen toimivuutta. (Kaikko & Friis 2013, 112–113.)

Toiminnallisten välineiden käytössä on tärkeä huomioida, ettei väline ole itsetarkoitus, vaan se toimii vuorovaikutuksen ja ilmaisun välineenä suhteessa asetettuun tavoitteeseen ja tarkoitukseen (Pesäpuu 2010). Toiminnallisissa menetelmissä ohjaajan rooli on tärkeä: menetelmän käyttäjän tulee soveltaa tekniikoita omaan työskentelytyyliinsä, kykyihinsä ja erityisesti asiakkaan tilanteeseen sopivaksi (Järvinen ym. 2012, 193). Työmenetelmät ovat työkaluja, joiden käyttäjällä tulee olla lastensuojelussa tarvittavaa tietoa ja taitoja. Tärkeimpiin taitoihin kuuluu kyky olla vuorovaikutuksessa asiakkaan kanssa. (Terveystieteiden tutkimuskeskus 2014b.)

5 IDEASTA MIELIPELIKSI

5.1 Kehittämismenetelmät ja tiedonkeruu

Kehittämishankkeeni sisältää kehittämistyön ja tiedonkeruun tuloksena syntyneen tuotoksen, Mielipelin, oppaan työvälineen käyttäjälle (ks. liite 1.), ohjeen vanhemmalle (ks. liite 2.) sekä kirjallisen kuvauksen prosessista taustateorioineen. Käytin tiedonkeruutapana kirjallisuuteen, julkaisuihin ja opinnäytetöihin tutustumisen lisäksi keskusteluja, koukousia ja perhekeskuksessa olevaan materiaaliin tutustumista. Tärkein kehittämismenetelmä oli perhekeskuksen arkeen osallistuva havainnointi.

Toikon ja Rantasen mukaan (2009, 169) muuntuva ja monitasoinen ympäristö, jollainen lastensuojelun vastaanotto- ja arviointiyksikkö on, tuottaa väistämättä myös monimutkaisen kehittämisprosessin. Useat eri menetelmät mahdollistavat sekä yksilöllisen että sosiaalisen reflektion. Reflektiivisen kehittämistyön kulmakivenä on dialogisuus, ja menetelmät palvelevat eri osa-alueita: osallistumista, kehittämistä ja tutkimuksellisuutta. Reflektiivinen kehittäminen on siis refleктоivaan työotteeseen ja prosessiin perustuvaa. (Toikko & Rantanen 2009, 170.) Reflektointi antaa myös mahdollisuuden yhteisen epävarmuuden jakamiselle jäsenten kesken (Seppänen ym. 2010, 217). Tällainen reflektiivinen prosessi edellyttää sekä konkreettista käytännön toimintaa että analyyttistä erittelyä. Kehiteltävää asiaa kokeillaan käytännön ympäristössä, mutta prosessia arvioidaan myös analyyttisestä näkökulmasta. (Toikko & Rantanen 2009, 165.)

Pyrin kehittämistyössäni Salosen (2013, 23) kuvaamaan sosiokulttuuriseen työotteeseen, jossa ollaan läsnä, osallistuvana ja keskellä toimintaa. Vaikka Mielipeli kehittyi alun alkaen minun ideastani, se kasvoi ja muotoutui dialogisesti ja perhekeskuksen arkea havainnoiden. Näen oman työni sosiaalisena prosessina, vaikka itse välineen kehittäminen ja luova suunnittelu olivatkin kokonaan minun vastuullani. Työni oli vuorovaikutuksellista ja prosessinomaista, ja työvälinettä kehitettiin työyhteisön tarpeista käsin.

Toisin kuin tutkijavetoinen tutkimustyö, kehittämistyö on usein toimijavetoista. Tämän vuoksi tutkimustyölle ominainen, lineaarinen työskentelymalli ei useinkaan toimi kehittämisen prosessissa, sillä se jättää helposti inhimilliset, kulttuuriset ja sosiaaliset tekijät huomiotta. (Salonen 2013, 14–16.) Kehittämisen prosessi on usein ei-lineaarista ja jatkuvasti muuntuvaa, yhteen liitetyistä palasista koostuvaa, mutta kuitenkin ajallisesti kulkevaa jatkumoa. Kehittämistyössä eteneminen ei siis aina ole luonteeltaan loogista ja

rationaalista. Prosessi viittaa ennemminkin siihen, miten asioita tehdään kuin mitä tehdään. (Seppänen-Järvelä 2004, 21.) Kehittämishankkeessa voikin olla luonnollisempaa noudattaa spiraalimaisesti mallia, jossa kehittäminen on jatkuva prosessi ja toiminta etenevät aina suunnittelun, toteutuksen ja reflektoinnin kautta takaisin suunnitteluvaiheeseen (Toikko & Rantanen 2009, 66). Niin kutsuttu spagettimalli antaa vielä enemmän tilaa todellisuuden monimutkaiselle luonteelle. Ympäristöön avoimesti ja vapaasti reagoiva spagettimalli ei määrittele organisointia, toteutusta ja arviointia tiettyyn järjestykseen, vaan jättää kehittämistyön vapaaksi tilannekohtaiselle reagoinnille. Prosessi on kuin kasa spagettia, joka kiemurtelee eri vaiheiden välillä. Eteneminen on ajoittain katkonaista, ja prosessiin sisältyvien tehtävien keskinäiset suhteet paljastuvat usein vasta jälkikäteen. (Toikko & Rantanen 2009, 69–71.)

Salonen (2013, 14–16) esittelee konstruktivistiseksi kutsumansa mallin, joka yhdistää lineaarista ja spiraalimaista työtettä. Mallissa korostuu sosiaalinen ja osallistava työskentelytapa, joka yhdistyy huolelliseen suunnitteluun ja prosessin vaiheistukseen. Salonen korostaa reflektiivisyyden merkitystä sekä itse kehittämistoiminnassa että sen arvioinnissa. Konstruktivistisen mallin mukaan tieto on sosiaalisesti rakentuvaa, ja toimijoiden osuus tiedon tuottamisessa on tärkeä. Sosiaalisesti rakentuva tieto ylittää teorian ja käytännön rajan: tieto ei ole jotakin pysyvää ja ehdotonta, eivätkä tutkijat ole ainoita tiedontuottajia, vaan tieto on tarkentuvaa ja täydentyvää, ja sitä tuotetaan prosessinomaisesti (Toikko & Rantanen 2009, 161–162).

Avoimuus ja prosessin osien vapaa liikkuvuus on kehittämishankkeessa tärkeää. Konstruktivistisen ja spagettimaisen ajattelutavan mukaan tietoa ei tuoteta erillään käytännöstä ja sosiaalisista yhteisöistä, vaan kokemusperäinen ja hiljainen tieto otetaan olennaiseksi osaksi kehittämistyön aineistoa. (Toikko & Rantanen 2009, 69–71; Salonen 2013, 14–16.) Omassa kehittämishankkeessani työ muutti suuntaansa ja ohjautui uudelleen saamani lisätiedon perusteella. Tiukasta vaiheistuksesta irrottaminen tuntui helpotavalta, sillä ennakoimattomat muutokset ja yllättäen löytyvät uudet polut eivät tuntuneetkaan prosessia sotkevilta, vaan sitä rikastuttavilta tekijöiltä. Mielipelin kehittämisprosessi sujui Mäntymäen perhekeskuksessa joustavasti. Sain paljon vapautta kehittämistyölleni niin aikataulun kuin sisällönkin suhteen. Uudelleen suuntaaminen ei tuntunut olevan toimeksiantajallekaan ongelma, vaan prosessia leimasi jaettu usko lopputulokseen. Perhekeskuksen kiireisestä rytmistä huolimatta sain vastakaikua ajattelulleni ja jopa konkreet-

tisia ehdotuksia työvälineen kehittämiseksi. Perhekeskuksen psykologin kanssa käymäni keskustelut Mielipelin teoreettisesta sisällöstä olivat kehittämishankkeelle tärkeitä, sillä Mielipelin taustateoriat ovat pitkälti psykologian saralta.

Tärkein tiedonhankintamenetelmäni oli osallistuva havainnointi. Osallistuvan havainnoinnin keinoin on mahdollista ymmärtää kohdeorganisaation toiminnan logiikkaa ja käyttöteorioita. Osallistuvassa havainnoinnissa tutkija on aktiivisesti vuorovaikutuksessa toimintaympäristön kanssa. (Toikko & Rantanen 2009, 143.) Vain riittävän kauan kohdeympäristön arkeen osallistumalla voidaan uskoa havainnoinnin antavan luotettavaa tietoa. Osallistumisen ja osallistamisen teemat ovat tärkeitä, koska kokemuspohjainen tieto on työvälinettä kehitettäessä merkittävää. (Toikko & Rantanen 2009, 165.)

Eräs toiminnallisen kehittämistyön erityispiirre on se, että kehittäminen tapahtuu aidoissa toimintaympäristöissä. Toiminnallista kehittämistyötä tehdään vahvasti dialogisella työotteella, ja kehittämiskysymyksen on oltava kohdeyleisölleen kiinnostava. On myös tärkeää pitää yllä osallistumisen kaksisuuntaista luonnetta, jossa kehittäjä osallistuu käytännön toimintaan ja toimijat osallistuvat kehittämiseen. (Toikko & Rantanen 2009, 91–92.) Pitkä, kymmenviikkoinen työharjoitteluni tuki kehittämisprosessia juuri tästä näkökulmasta, ja tuntui luontevalta ylläpitää avointa dialogia työyhteisön jäsenten kanssa. Pyrin antamaan kehittämistyöhön tilaa vastavuoroiselle ihmettelylle, ja kuuntelemaan kaikkien kehittämistoimintaan osallistuvien ideoita ja perusteluja.

Toikko ja Rantanen (2009, 57) korostavat, että kehittämistyötä suunniteltaessa on olennaista pohtia, mitä kehittämistyöllä tavoitellaan ja miksi sitä ylipäätään tarvitaan juuri nyt. Tavoite muodostaa lähtökohdan koko kehittämistoiminnalle. Kriittinen lähestymistapa auttoi muutoksen tavoittelussa: vastaako palvelu – tässä tapauksessa työväline – käyttäjien tarpeita? Kriittisen kehittämisen ydinajatus onkin juuri kehittämiseen liittyvien intressien avaaminen. Lähestymistavassa uskalletaan pysähtyä ihmettelemään ja kyseenalaistamaan, ja kehittämään palveluja ensisijaisesti palvelun käyttäjien ehdoilla. (Toikko & Rantanen 2009, 163.) Kriittisen, dialogisen ja ihmiskeskeisen suunnittelun ytimessä on suunnitteluprosessin kohdentaminen käyttäjien tarpeisiin heidän omissa konteksteissaan (Toikko & Rantanen 2009, 94).

Toimintakulttuurilla on olennainen sija kehittämishankkeissa, eikä kaikki tarvittava tieto löydy asiakirjoista tai tilastoista. Tarvitaan monia eri tulkintoja ja näkökulmia käsillä olevaan asiaan, ja valmiutta reflektointiin ja prosessin suunnan tarkentamiseen. Tulkinallinen lähestymistapa antaa tilaa työn tavoitteiden ja tehtyjen interventioiden tarkastelulle,

kun tavoitteita ja lähestymistapoja ollaan valmiita muuttamaan koko prosessin ajan. Tuloksinainen lähestymistapa mahdollistaa myös työyhteisön todellisen osallisuuden, kun arvostettavaksi voidaan ymmärtää monenlainen tieto. (Toikko & Rantanen 2009, 161–162).

Kehittämistoiminnan tiedontuotannon on tarkoitus lähinnä ohjata prosessia, jolloin näkökulma saa olla tutkimusta kapeampi. Olennaista on pitää mielessä tiedon relevanssi, ettei työ rönstyli liikaa. Tällaisessa toiminnassa tiedon tärkein ominaisuus on sen hyödynnettävyys. Koska kehittämistyö tapahtuu suurelta osin ajattelun ja vuorovaikutuksen kautta, on sen laajamittainen dokumentointi haastavaa. Tuntiseuranta ja kokousmuistiot tallentuvat helposti, mutta keskustelujen ja työn ohessa tehdyn osallistuvan havainnoinnin dokumentointi on vaikeampaa. Kehittämistoiminta etenee sykäyksittäin ja usein hetkellisissä tilanteissa. (Toikko & Rantanen 2009, 120–122.) Osallistuvan havainnoinnin ja perhekeskuksessa käytyjen keskustelujen osalta olen tehnyt muistioita, joihin on kirjattu tiedonkeruun päivämäärä ja osallistujat. Mielipelin suunnittelun osalta olen dokumentoinut ajattelu- ja luomisprosessia ajatuskarttoihin, piirroksiin ja muistiinpanoihin. Kehittämistyötä koskevat sähköpostit olen arkistoinut osaksi muistioita. Pidin myös ideapäiväkirjaa, ja kirjasin ylös olennaisia oivalluksia toimijoiden kanssa käydyistä keskusteluista.

Asiantuntijatietoa hain työyhteisöstä muodostetuista fokusryhmistä. Kehittämistyössä olivat kiinteästi mukana perhekeskuksen johtaja, osasto 2:n vastaava osastonhoitaja sekä perhekeskuksen psykologi, jotka muodostivat ensimmäisen fokusryhmän. Tämän ryhmän kanssa käytyjen keskustelujen pohjalta kehittämistyön aihe tarkentui, ja päätettiin myös aikataulusta ja suunnittelun päälinjoista. Prosessin aikana kävin reflektivoivaa keskustelua fokusryhmän jäsenten kanssa ja tarvittaessa suuntasin prosessia uudelleen. Toinen fokusryhmä muodostui yksikössä työskentelevistä, perhetyötä tekevästä sairaanhoitajista ja ohjaajista. Toisen fokusryhmän avulla kehitin työvälineen käytännön ratkaisuja ja vastaanotin ehdotuksia ja palautetta työversioista. Työvälineen jatkokehittelyssä molemmilla fokusryhmillä tulee edelleen olemaan suuri merkitys: ensimmäisellä Mielipelin saamisessa osaksi perhekeskuksen työprosesseja, ja jälkimmäisellä jatkuvan palautteen ja käyttökokemusten kuulemisessa.

5.2 Prosessin vaiheet

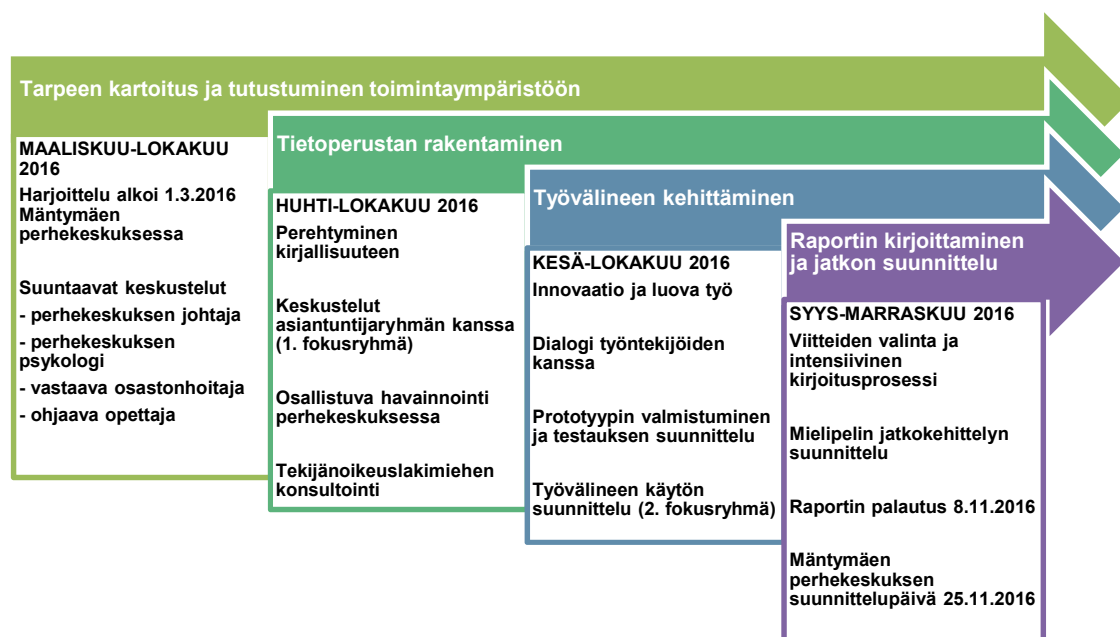
Alkuvuodesta 2016 kävin alustavaa keskustelua Mäntymäen perhekeskuksen johtajan kanssa, jolloin pohdimme, sopisiko kaavailemani toiminnallisen työvälineen kehittäminen

perhekeskukselle. Alustava ideani tuntui sopivan hyvin yhteen perhekeskuksen toimintatapojen kanssa, joten teimme alustavan sopimuksen yhteistyöstä. Ensimmäisessä vaiheessa kehitelin erilaisia vaihtoehtoja hankkeen aiheeksi. Perhekeskuksen tarpeeseen perustuen toimeksiantoni määriteltiin koskemaan erityisesti eroperheiden kanssa työskentelyä, mutta toteuttamistapaa tai tarkempaa aihetta ei vielä päätetty. Perhekeskuksessa jäätiin miettimään erovanhempien kanssa työskentelyyn sopivaa opasta, tai työvälinettä auttamaan vanhempia erokriisistä huolimatta toimimaan yhdessä lapsen hyväksi.

Kehittämishanke käynnistyi maaliskuussa 2016, kun harjoitteluni Mäntymäen perhekeskuksessa alkoi. Alussa keskityin tutustumaan alaan ja toimintaympäristöön ja kävin keskusteluja henkilökunnan kanssa kehittämistyön pohjaksi. Kuun lopussa selvisi, että toinen sosionomiharjoittelija oli tekemässä Mäntymäkeen opinnäytetyötään eroperhetemaatiikasta käsin. Vaikkei tuo opinnäytetyö ollutkaan toiminnallinen työväline, ehdotin perhekeskukselle aiheeni uudelleen suuntaamista, koska tietoperusta olisi kahdessa opinnäytetyössä hyvin samankaltainen ja työt eivät näin ollen tarjoaisi toimeksiantajalle maksimaalista hyötyä.

Minua oli pitkään kiehtonut mentalisaatioteoria ja vanhemmuuden tukeminen. Ehdotin perhekeskuksen johtajalle ideaani vanhemman mentalisaatiokykyä tukevasta toiminnallisesti työvälineestä. Johtaja piti ehdotustani hyvänä ja kehitettävää työvälinettä alalle tarpeellisena. Kehittämishankkeen aiheen tarkentuminen mentalisaatiokyvyn tukemiseen inspiroi minua, ja työväline alkoi nopeasti hahmottua mielessäni. Kehittämistyö eteni reagointina toimintaympäristöstä tekemiini havaintoihin ja tarttumisina hankkeen avainhenkilöiden kanssa käytyihin keskusteluihin. Kehittämishankkeen prosessin vaiheet toteutuivat alusta asti limittäin (ks. kuvio 1).

Kehittämishankkeen toisessa vaiheessa luin teoksia lastensuojelulaista ja perhetyön menetelmistä sekä kirjallisuutta mentalisaatiosta. Osallistumalla perhekeskuksen ydintoimintoihin osana moniammatillista tiimiä minulle selvisi pian, miten työtä Mäntymäessä tehtiin. Kartoitin myös jo olemassa olevia, mentalisaatioon perustuvia menetelmiä ja työmalleja sekä Suomesta että maailmalta. Ensimmäisissä luonnoksissani työväline oli korttisarja, mutta vähitellen se alkoi muotoutua pelimäiseen suuntaan.



Kuvio 1. Prosessin vaiheiden limittäinen eteneminen.

Konsultoin tekijänoikeuksiin erikoistunutta juristia työvälineen suojaamiseksi ja perheydin tuotemerkin hakemisen prosessiin Mielipelin jatkokehittelyä silmällä pitäen. Kehittämishankkeen kolmannen vaiheen alussa (kesä-elokuu) työharjoitteluni oli tauolla, joten käytin aikaa prototyypin suunnitteluun ja ensimmäisen luonnosversion toteuttamiseen. Työharjoitteluni jatkui elokuusta lokakuun alkuun asti, ja samassa ajassa prototyyppi saatiin testikuntoon. Mielipeliä testattiin Mäntymäessä työntekijöiden kesken lokakuussa, ja palaute käyttökokemuksista kerättiin lokakuun lopussa. Varsinainen asiakastyössä tehtävä työvälineen testaus aloitetaan alkuvuodesta 2017. Syyskuussa kirjoitin myös oppaan peliä käyttävälle työntekijälle (ks. liite 1.) sekä ohjeistuksen peliin osallistuvalla vanhemmalla (ks. liite 2.).

Syys-lokakuuhun ajoittui myös kehittämishankkeen neljäs vaihe, jolloin kirjoitin intensiivisesti raporttia ja viimeistelin käyttäjän opasta. Mielipelin mahdollisuudet ja käyttö osana perhetyön prosessia valittiin yhdeksi teemaksi talon suunnittelupäivään (25.11.2016), jolloin on tarkoitus suunnata tulevaan ja miettiä päälinjoja työyhteisön kehittämiselle. Mielipelin myötä olen mukana valmistelemassa päivän ohjelmaa. Tuolloin esittelen työvälineen ja sen taustateorian koko työyhteisölle. Suunnittelupäivänä on tarkoitus käsitellä

mentalisaatiota ja Mielipeliä työpajamaisessa toiminnassa, ja kerätä ideoita sen ottamiseksi osaksi perhekeskuksen arkea. Suunnittelupäivä päättää opinnäytetyöprosessini ja tämän kehittämishankkeen.

5.3 Mielipeli-työväline ja käyttäjän opas

Kehittämishankkeeni aiheessa yhdistyy haluni suuntautua lastensuojelutyöhön ja vanhemmuuden tukemiseen sekä kiinnostukseni psykologiaan. Koin toiminnallisen työvälineen kehittämisen kiinnostavana ja sopivasti haastavana, ja kun kehittämishankkeen yhteistyökumppaniksi löytyi Mäntymäen perhekeskus, muotoutui työvälineen aiheeksi vanhemmuuden tukeminen.

Mielipeli on uudenlainen väline, joka sekä helpottaa työntekijän reflektiivistä asennoitumista vanhempaan että mahdollistaa vanhemman mentalisaatiokyvyn vahvistumisen. Syntyneen työvälineen on myös tarkoitus tukea perhettä löytämään uudenlaisia ratkaisumalleja sekä kannustaa vanhempaa sensitiivisyyteen lasta kohtaan. Pelin perussovellutus on tarkoitettu pelattavaksi yhden vanhemman kanssa, mutta kehitteillä on ohjeistus myös kahden vanhemman pelille sekä jalkautuvaa perhetyötä ajatellen koko perheen pelille. Alle kouluikäisen lapsen kanssa peliä ei voi pelata, ja isommankin lapsen kanssa on huomioitava, ettei peli vaaranna lapsen psyykkistä turvallisuutta, eivätkä pelissä esiin nousevat keskustelut vahingoita lasta. Mielipelin käytössä työntekijän rooli on merkittävä, ja erityisesti lapsen ollessa mukana pelissä työntekijän on kyettävä ohjaamaan ja rajaamaan keskustelua lapselle sopivaksi.

Mielipeli alkoi kehittyä niistä havainnoista, joita tein vanhemmuustyöstä perhekeskuksessa. Työharjoitteluni alussa tutustuin niihin toimintatapoihin ja välineisiin, joita perhekeskuksen vanhemmuustyössä käytetään. Olin mukana vanhempien tapaamisissa ja havainnoin ja osallistuin menetelmien käyttöön. Erityisesti ideani sai pontta Lapset puheeksi -menetelmän käytöstä vastaanotto-osastolla. Mäntymäen perhekeskuksessa osaston erityissairaanhoitaja tekee jokaisen uuden asiakasperheen kanssa Lapset puheeksi -keskustelun työprosessin alkuvaiheessa. Lapset puheeksi -menetelmä on kuitenkin alun perin tarkoitettu promootion ja prevention välineeksi (Berg & Johansson 2011, 81). Menetelmä perustuu tietoon vanhemman mielenterveyden häiriön vaikutuksista vanhemmuuteen ja lapsiin sekä tietoon tekijöistä, joilla vanhemmat voivat tukea lapsen suotuisaa kehitystä (Järvinen ym. 2012, 174). Menetelmän käyttö lastensuojelulaitoksessa, jossa perheillä on tiedossa olevia riskitekijöitä, muuttaa menetelmän fokusta

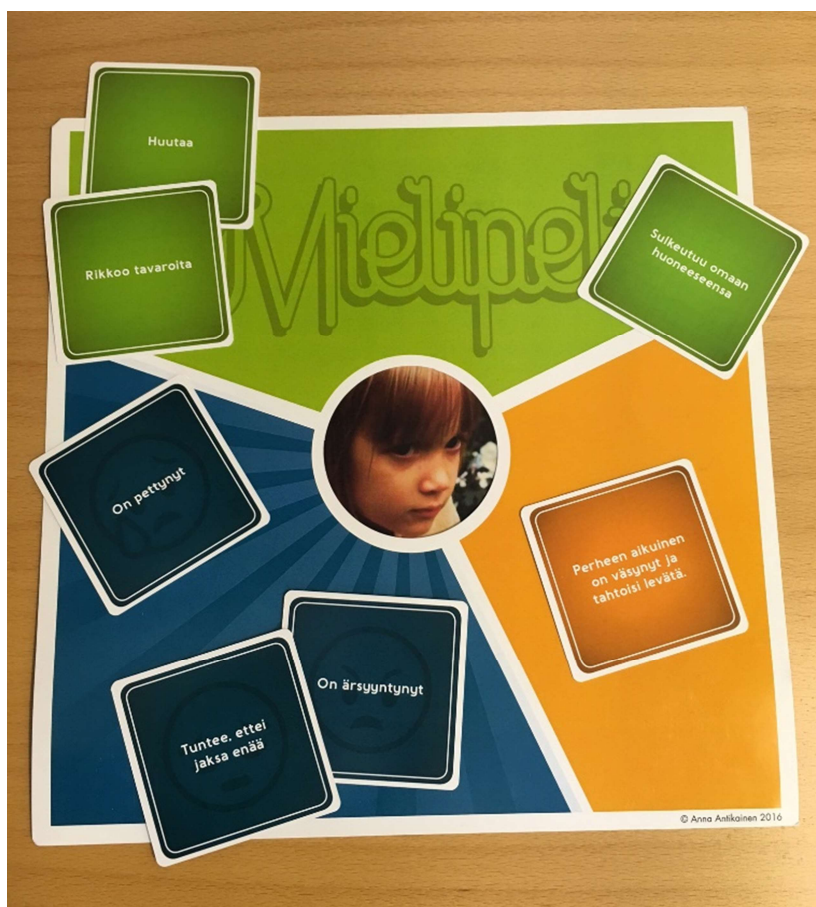
enemmän tiedonkeruun suuntaan, vaikka toki keskustelussa on myös edukatiivisia elementtejä, jotka mahdollistavat vanhemmalle oivallusten tekemisen. Menetelmä on kuitenkin haastattelumainen eikä dialoginen, koska tavoite on kuunnella vanhempaa puutumatta hänen käsityksiinsä lapsen haavoittuvuuksista ja vahvuuksista.

Pohdintani ja työntekijöiden kanssa käymieni keskustelujen perusteella loin Mielipelistä toiminnallisen välineen, joka antaa tilaa vanhemman kuulemiselle, mutta jossa dialogi ammattilaisen kanssa tarjoaa kriisin keskellä elävälle vanhemmalle tärkeän heijastuspinnan. Tilanteiden, toimintatapojen ja tunteiden yhteinen reflektointi mahdollistaa vanhemman mentalisaatiokyvyn vahvistamisen. Erityisesti kiinnitin suunnittelussa huomiota siihen, että vaikka vanhempi saa tilaa kertoa omaa kertomustaan, fokus ei karkaa kauas lapsesta. Mielipelin keskeinen oivallus onkin lapsen kuvan sijainti keskellä pelilautaa. Pyrin kehittämään välinettä edukatiiviseksi eli sellaiseksi, joka tarjoaisi oivalluksia ja ratkaisumahdollisuuksia perheen ongelmallisiksi kokemiin tilanteisiin. Vaikka Mielipelissä käsitellään perheen ongelmatilanteita, pelin avulla pyritään ratkaisuihin ja oivalluksiin.

Mentalisaatioon perustuvia toiminnallisia työvälineitä en ahkerasta etsimisestä huolimatta montakaan löytänyt edes kansainvälisellä tasolla. Tutustuin MLL:n Mielentähtäytin-työvälineeseen ja erilaisiin korttisarjoihin, joita voidaan käyttää myös mentalisaatiokyvyn näkökulmasta. Terapianetin Vanhemmuuskorttien käyttöohjeessa (2008, 2) mentalisaatioteoriaa ei mainita, mutta kortteja ehdotetaan käytettäväksi lapsen tarpeiden ja hyvän kohtelun ilmi tuomiseen, lasten yleisen hyvinvoinnin sekä vanhempien itsetuntemuksen lisäämiseen. Muidenkin yleisesti käytössä olevien korttien ja karttojen tekeminen voi osaltaan vahvistaa vanhemman mentalisaatiokykyä, mutta nämä saavutukset eivät välttämättä tule työntekijän, saati vanhemman tiedostamiksi, eivätkä täten tarjoa mahdollisuutta oppia uudenlaisia vuorovaikutustapoja.

Mielipelin tavoite on konkreettisella ja havainnollisella tavalla auttaa vanhempaa pitämään lapsi mielessään ja ymmärtämään lapsen omaa, erillistä kokemusta. Mielipelillä voidaan tukea vanhemman mentalisaatiokykyä, ja auttaa vanhempaa pitämään lapsi mielessään arjen tilanteissa. Peli saattaa tehdä vaikeiden tilanteiden käsittelystä hieman helpompaa: pelikorteissa on valmiita vaihtoehtoja, joista valita, joten vapaata sanallistamista ei tarvitse tehdä. Pelkkään keskusteluun verrattuna konkreettisen, pelimäisen välineen toiminnallisuus helpottaa vaikeiden asioiden käsittelyä. Mielipeliä on tarkoitus käyttää saman vanhemman ja perheen kanssa useaan kertaan, jotta oppimista ja uusien toimintamallien omaksumista voi tapahtua.

Mielipeli on lautapelin muotoon tehty keskustelun apuväline (ks. kuva 1). Peli koostuu pelilaudasta sekä kolmenlaisista korteista. Tilannekorteissa kuvataan lyhyesti perheiden kohtaamia yleisiä ongelmatilanteita. Toimintakorteilla kerrotaan siitä, miten kukin perheenjäsen tilanteessa toimii. Tunnekortit kuvaavat tunnetiloja. Mielipelissä työntekijä käy vanhemman kanssa pohtivaa, ihmettelevää ja edukatiivista keskustelua siitä, miten tunteet ja toiminta vaikuttavat toisiinsa ja miten eri tavalla saman tilanteen perheenjäsenet voivat kokea. Mielipelin avulla pyritään tekemään näkyväksi erityisesti perheen systeemistä luonnetta eli eri perheenjäsenten vaikutusta toisiinsa. Keskustelussa keskitytään pohtimaan, miten eri perheenjäsenten toiminta ja tunteet toiminnan takana vaikuttavat muiden perheenjäsenten toimintaan ja tunteisiin. Pelin on tarkoitus auttaa vanhempaa erittelemään ja tunnistamaan omia tunteitaan, perheen rutinoituneita käyttäytymistapoja ja eläytymään lapsen kokemusmaailmaan tukemalla erilaisten mielipiteiden ja näkemysten esittämistä.



Kuva 1. Mielipeli.

Mielipelin avulla pyritään siis fokusoimaan sekä vanhemman omaan että lapsen kokemukseen jossakin perheen haastavaksi kokemassa tilanteessa. Peli etenee tilanteesta toiminnan pohdintaan, ja viimeiseksi tunteisiin. Pelijärjestys perustuu siihen, että on välttämätöntä antaa ensin tilaa vanhemman omalle tunteelle ja kokemukselle, koska vasta ymmärtäessään itseään on mahdollista ymmärtää toista. Tunteista puhuminen ja niiden tunnistaminen on monesti vaikeinta, joten siksikin niiden käsittelyyn kannattaa virittäytyä vähitellen, ja lähestyä niitä toiminnan kautta. Voidakseen muuttaa omaa toimintaansa kohti myönteistä vuorovaikutusta, vanhemman on saatava riittävästi tilaa ja aikaa purkaa myös kielteisiä ajatuksiaan ja tunteitaan (Korhonen & Holopainen 2015, 16).

Viinikka ym. (2014, 105–107) esittelevät tilanteen, tunteen ja kokemusten vuoropuhelua kuviossa, joka tuo esille lapsen ja vanhemman näkökulman sekä vanhemman ja lapsen tunteiden ja reaktioiden vaikutuksen toisiinsa. Omassa versioissani (ks. kuvio 2) olen vaihtanut vanhemman ja lapsen osat toisin päin, koska Mielipelissä lähdetään aina ensin vanhemman kokemuksesta. Sisällöltään kuvio on Viinikan ym. (2014) kuvion kaltainen. Kuvio tiivistää Mielipelin ydinajatuksen: vuoropuhelun vanhemman ja lapsen kokemusten välillä sekä vanhemman ohjaamisen kohti perheen vuorovaikutuksen ymmärtämistä työntekijän esittämien reflektiivisten kysymysten kautta.



Kuvio 2. Tilanteen, tunteen ja toiminnan pohtiminen. Mukaelma Viinikan ym. (2014, 107) kuviosta.

Mielipelissä vanhempi valitsee käsiteltävän tilanteen annetuista vaihtoehdoista (ks. kuva 2). Koska Mielipeliä on tarkoitus käyttää vasta, kun vanhemman kanssa on jo jonkin aikaa työskennelty, työntekijälle on ehtinyt muodostua jonkinlainen käsitys perheen tilanteesta. Tältä pohjalta työntekijä esivalitsee tilannekortteista riittävän kattavan valikoiman vanhempaa varten. On tärkeää, että työntekijällä on vanhemman ja lapsen välisestä vuorovaikutuksesta jo jonkinlainen kuva. Työntekijän on hyvä etukäteen pohtia vanhemman ja lapsen kanssakäymistä sekä perheessä näyttäytyviä kiintymistyyliä. Esivalinta on tarpeen, sillä tilannekortteja on monipuolisuuden vuoksi tehty paljon. Tilannekortit on jaettu värikoodein viiteen eri kategoriaan: Perustilanteet lapsiperheissä; Erovanhemmuus; Murrosikä; Vanhempien ongelmat; Huoli lapsesta.



Kuva 2. Mielipelin tilannekortteja.

Tilannekortin jälkeen käydään keskustelua siitä, mitä tilanteessa tapahtuu ja miten kukin paikallaolija toimii. Pelilaudalle valitaan toimintakortteja sekä vanhemmalle että lapselle. Kolmannessa vaiheessa siirrytään pohtimaan tunteita. Kun pelin ensivaiheet on tehty ja pelilaudalla on kokoelma kortteja, jotka kertovat tämän perheen tilanteesta peliin osallistuvan vanhemman näkökulmasta, pelissä siirrytään vuorotelemaan tunne- ja toimintakorteilla, jolloin tarjoutuu mahdollisuus etsiä vaihtoehtoisia toimintamalleja ja miettiä ratkaisuja kaavamaisiksi muodostuneisiin tilanteisiin. Pohdinnan, yhteisen ihmettelyn ja tietoiseksi tekemisen lisäksi pelissä siis etsitään ratkaisuja perheen kokemuksiin ongelmallisiin

tilanteisiin. Ratkaisuja voidaan etsiä ja havainnollistaa vaihtamalla pelilaudalle toisenlainen, kenties positiivisempi toimintakortti ja pohtimalla, miten oma ja lapsen tunnetila muuttuisi, jos vanhempi toimisikin tilanteessa toisella tavalla (ks. kuva 3).

Reflektiivisillä kysymyksillä voidaan edistää asiakkaan omaa pohdintaa, ja toisaalta auttaa työntekijää etenemään pelissä tilanteeseen sopivalla tavalla. Olennaisimpia kysymyksiä ovat miten ja mitä -kysymykset, jotka houkuttelevat vastaajaa kuvailemaan tilanteita, tapahtumia ja kokemuksia. Tällaiset kysymykset viittaavat tunteisiin ja ajatuksiin ja nostavat esiin mahdollisuuden pohtia toisiin ihmisiin liittyviä toiveita. Kysymyksillä on myös mahdollista tarkentaa ja syventää kuvauksia ja tulkintoja sekä laajentaa näkökulmia. (Kauppi ym. 2012, 27.) Keskeistä on pyrkiä suuntaamaan huomio käyttäytymisen taakse: ”Mitähän hän ajatteli toimiessaan tuolla tavalla? Miltähän hänestä tuntui, kun hän teki noin? Mitä hän yrittää sillä sanoa?”. Kysymysten avulla työntekijä voi tukea vanhempaa käsittelemään omaa kokemustaan monipuolisesti. (Viinikka ym. 2014b, 110–111).

Jos vanhempi pelin aikana huomaa ymmärtäneensä paremmin sekä omia että lapsen kokemuksia tai tunteita, hänen mentalisaatiokykynsä on todennäköisesti hieman vahvistunut. Kun tämä tapahtuu toistuvasti, vanhemman kyky nähdä lapsensa käyttäytymisen taakse parantuu. Vähitellen hän kykenee pohtimaan tapahtumia tietoisemmin myös ilman työntekijän tukea. (Viinikka ym. 2014b, 111.) Tällä tavalla Mielipeliä käytettäessä vanhemman kasvatustietoisuus, itsetuntemus ja fokusointi lapseen voi lisääntyä.

Prosessin aikana kävi selväksi, että vaikka Mielipeli itsessään on melko yksinkertainen, sen käyttö vaatii työntekijältä riittävää perehtymistä ja mentalisaatiokäsitteen sisäistämistä. Käsitteiden ja tavoitteiden pitää olla itsellä hallussa, jotta niiden kehittymistä voidaan tukea vanhemman kanssa käytävässä keskustelussa. Kuten varmasti muuallakin, myös Mäntymäen perhekeskuksessa perhetyötä tekevien henkilöiden taustakoulutus vaihtelee, eikä teorialat kiintymyssuhteista ja mentalisaatiosta ole välttämättä kaikille tuttuja. Itse peli on elementeiltään yksinkertainen, mutta koska työntekijän merkitys toiminnan ja keskustelun herättäjänä on suuri, on tärkeää, että työntekijä kokee työvälineen omakseen. Tästä tarpeesta, vähän ennakoimatta ja toimeksiantajan pyytämättä, aloin kirjoittaa opasta työntekijälle (ks. liite 1).



Kuva 3. Mielipelin toimintakortteja.

Käyttäjän oppaassa avaan lyhyesti mentalisaatioteoriaa ja reflektiivisen kyvyn käsitettä. Oppaan liitteeksi tulee pelin eri vaiheisiin sopivista reflektiivisistä kysymyksistä, mutta koska oppaan laatiminen ei ollut osa toimeksiantoa, kysymykset eivät valmistuneet tämän raportin jättöpäivään mennessä. Kysymyksiä tullaan laatimaan lisää työpajassa talon suunnittelutyöpäivänä marraskuun 2016 lopussa. Käyttäjien ottaminen mukaan kehittämishankkeeseen, nyt tukikysymysten laadintaan, voi tuoda esille uusia näkökulmia ja tehdä työväline helpommin omaksuttavaksi sen tulevaisuuden käyttäjille.

5.4 Mielipelin luovat ratkaisut

Työväline päätettiin toteuttaa pelimäisenä, koska sille haettiin helposti lähestyttävää muotoa. Suunnittelun pohjana toimi ajatus siitä, että Mielipelin tulisi herättää vanhemmassa ja työntekijässä positiivisia mielikuvia. Etsin pelilautaan ja kortteihin neutraaleja värejä, jotka eivät sisältäisi vahvoja semanttisia merkityksiä tai selkeitä hierarkioita siitä, mikä on hyvää ja mikä huonoa. Tilannekorttien eri kategoriat erotettiin taustapuolen kehysviivan väriä vaihtamalla, jotta työntekijän esivalmistelut helpottuisivat. Pelilaudan haluttiin toimivan monesta suunnasta katsottuna niin, ettei haittaisi, vaikka pelaajat olisivat eri puolilla pöytää. Valmis työväline tarvitsee vielä pakkauksen, mutta sen suunnittelu

jätettiin suosiolla myöhemmäksi. Myös lopulliset materiaalivalinnat (kartonki ja mahdolliset jälkikäsittelyt) ratkaistaan sitten, kun työvälineen prototyypivaihe testauksineen on valmis.

Mielipelin graafisessa suunnittelussa auttoi graafisen alan ammattilainen. Kuten muutenkin tässä kehittämishankkeessa, myös työvälineen ulkoasun suunnittelussa yhteistyö ja dialogi toivat sille lisäarvoa. Oli mielenkiintoista huomata, että vaikka graafiselle suunnittelijalle mentalisaatio, vanhemmuustyö ja lastensuojelu olivat vieraita asioita, hän sai nopeasti kiinni siitä, mikä pelissä on olennaista ja osasi tuoda nuo asiat raikkaalla tavalla näkyväksi pelilaudan ja korttien ulkoasussa. Prototyyppi tulostettiin paikallisessa digipainossa. Valmiin työvälineen osalta alihankinta muun muassa materiaalien ja painopaikan päätetään myöhemmin.

Prototyypin tekokustannukset olivat noin 300 euroa. Kustannukset koostuivat tulostus- ja leikkauskuluista. Suunnittelusta ei maksettu, vaan suunnittelija teki työnsä pro bono – periaatteella. Kustannukset pysyivät hyvin budjetissa, jonka katoksi oli toimeksiantajan taholta määritelty 500 euroa.

Työvälineen nimen keksiminen ei ollut helppoa. Suomen kielen sanat ovat usein pitkiä, ja mieli-sana on jo käytössä monenlaisissa mentalisaatioon liittyvissä menetelmissä. Mielipeli on sanana kaksimerkityksinen, ja mietinkin jonkin aikaa, herättääkö se käyttäjissä negatiivisia ajatuksia. Mielipeli-sanahan viittaa manipulatiiviseen toimintaan, jossa toista yritetään salaa ohjailla tekemään oman mielen mukaisesti. Keskusteltuani Mäntymäen perhekeskuksessa avainhenkilöiden kanssa, päädyin kuitenkin käyttämään nimeä. Fokusryhmä piti nimeen sisältyvää sanaleikkiä oikeastaan hauskana, koska peli toimii juuri päinvastoin kuin tuo mielikuva: Mielipelin avulla pyritään purkamaan negatiivista vuorovaikutusta ja tukemaan avointa, uteliasta ja kunnioittavaa suhtautumista toiseen. Mielipelin sanahahmoon valittiin pehmeä ja leikkisä kirjasintyyppi, joka toisi esiin tätä suhtautumistapaa (ks. kuva 4). Mielipeli on sanana mieleenpainuva ja helppo, ja se jo itsessään kertoo, mistä työvälineessä on kyse: mielestä ja pelistä.



Kuva 4. Mielipeli-tilannekortin taustapuoli. Mielipeli-sanahahmon kirjasintyyppi on leikkisä ja pehmeä.

Kuva 5. Mielipelin tunnekortti. Taustalla tunnetta kuvittava kasvokuvio.

Tunnekortteihin liitettiin symbolisia kasvokuvioita, jotta pelissä olisi positiivisia, digitaalisesta maailmasta tuttuja elementtejä (ks. kuva 5). Kuviot voivat auttaa tunteiden tunnistamista ja tunteista puhumista, koska kuvion valitseminen on helpompaa kuin tunteiden sanoittaminen. Kuviot myös keventävät vaikean aiheen käsittelyä.

Peliä varten tarvitaan lapsen kuva. Lapsen kasvojen näkyminen on tärkeää, sillä siten lapsi on näkyvällä tavalla keskustelun keskiössä. Lapsen kuvan avulla keskustelu voidaan myös palauttaa takaisin häneen. Pelilautaan päätettiin tehdä reikä, josta lapsi näkyy. Kuvana toimii mikä tahansa paperikuva tai tuloste, tai pelilaudan alle voidaan asettaa matkapuhelin, josta lapsen kuva näkyy. Lapsen näkyväksi tekeminen on Mielipelissä siis hyvin konkreettista (ks. kuva 6).



Kuva 6. Lapsi näkyy pelilaudan keskellä olevasta reiästä.

Mielipelin ulkoasun ratkaisuja ei tehty vain sillä perusteella, mikä näyttäisi mukavalta, vaan suunnittelussa oli tavoitteita, jotka perustuvat työvälineen käyttötarkoitukseen. Lapsen kasvoja kiertävät lohkot, jotka merkitsevät tilannetta, toimintaa ja tunnetta, havainnollistavat kokonaisuuden rakentumista ja vaikutusta pelin keskiössä olevaan lapseen. Jokaisessa lohossa on riittävästä tilaa usealle kortille, ja tarvittaessa pelialuetta voidaan jatkaa pöydälle, pelilaudan reunojen ulkopuolelle. Lohkojen värit ja pelilaudan sekä korttien suunnittelulliset ratkaisut pyrkivät tuomaan esille leikkisyyttä ja positiivisuutta sekä ei-tuomitsevaa ja pohdiskelevaa käsittelytapaa.

6 YHTEENVETO JA POHDINTA

6.1 Kehittämishankkeen pohdintaa

Mielipeli kehittyi toimeksiantajan todellisesta tarpeesta, joka suodattui minun, ulkopuolisen kehittäjän, tarkkailijan ja osallistujan, havaintojen kautta. Luova kehittämisprosessi vaatii molemmilta osapuolilta, toimeksiantajalta ja kehittäjältä, epävarmuuden sietokykyä ja luottamusta lopputulokseen. Liian aikaisessa vaiheessa lukkoon lyödyt ratkaisut olisivat saattaneet kahlita työn keskeneräisyyteen, eikä innovaatioita olisi syntynyt. Nyt kehittämissankkeen tuotoksena syntyi uudenlainen työväline, joka auttaa sekä vanhempaa että työntekijää kohti reflektiivisyyttä ja uusia toimintamalleja.

Työväline on herättänyt Mäntymäen perhekeskuksessa positiivista kiinnostusta, ja vaikuttaa siltä, että työvälineelle saattaisi olla laajemmaltikin käyttömahdollisuuksia sekä lastensuojelun että ennaltaehkäisevän työn parissa, esimerkiksi perheneuvoloissa. Mentalisaation käsite on ollut lähiaikoina paljon esillä alan lehdistössä ja siihen keskittyviä koulutuksia on tarjolla tiheästi. Pajulon & Kallandin (2006, 2609) mukaan uusia työmuotoja reflektiivisyyden vahvistamiseksi tulee kehittää, koska perheitä tukeva ja osallistava työote lastensuojelussa edellyttää uusia välineitä, joilla perheitä voidaan auttaa riittävän varhain ja tehokkaasti. Toivon, että kehittämissankkeen on omalta osaltaan tukemassa ja syventämässä tietoa mentalisaatiokyvyn merkityksestä vanhemmuudessa ja reflektiivisen työotteen käyttämisestä lastensuojelun vanhemmuustyössä. Reflektiivisen työotteen harjoittelu tekee työntekijöistä kuuntelevampia, empaattisempia ja taitavampia tukemaan muutoksen mahdollisuutta. Kehittämissankkeen aihe on hyvin ajankohtainen ja mentalisaatiota toiminnan tasolle tuoville menetelmille on kysyntää.

Kehittämissanke on tuonut mentalisaatiokäsitteen Mäntymäen perhekeskuksen arkeen tavalla, joka innosti työntekijöitä pohtimaan mentalisaation merkitystä talossa tehtävässä työssä laajemminkin. Mielipeli ja mentalisaationkyvyn tukeminen tietoisena, tavoitteellisenä osana perhekeskuksen työtä valittiin yhdeksi neljästä kehittämistehtävästä, joihin keskitytään talon suunnittelupäivässä. Perhekeskuksessa koetaan mentalisaation käsitteen sitovan yhteen useita tärkeitä, tämän päivän lastensuojelutyöhön liittyviä teemoja. Kehittämissankkeen myötä talon tavoitteena on, että mentalisaatio lähestymistapana tulisi kirjatuksi työprosesseihin ja sitä voitaisiin pitää yhtenä Mäntymäen perhekeskuksen erityisenä osaamisalueena.

Ammattieettinen pohdinta on osa sosiaalialalla työskentelevän ammatti-identiteettiä (Talentia 2013, 5). Lastensuojelun vanhemmuustyössä oma persoona on riittävän teoriapohjan ohella tärkein työväline, ja ammatti-identiteetin kehittyminen edellyttää alati taustalla tehtävää itsen ja työskentelytapojen tarkkailua. Olen pyrkinyt pitämään tätä pohdintaa yllä koko kehittämishankkeen ajan ja se on vaikuttanut myös tuotoksen suunnitteluun.

Sosiaalialalla eettinen pohdinta on jatkuvasti läsnä sekä työyhteisön vuorovaikutustilanteissa että kohtaamisissa perheiden kanssa. Kehittämishanke onkin auttanut minua sisäistämään ja konkretisoimaan erityisesti lastensuojelutyöhön liittyviä eettisiä kysymyksiä. Myös osallisuuden edistämisen teemat olivat läsnä hankkeessa koko ajan, koska toteutin kehittämistyön dialogisuutta ja työyhteisön osallisuutta vaalien. Osallisuutta pyritään edistämään myös tuotoksessa, Mielipelissä, jonka avulla on mahdollista lisätä asiakasperheen kanssa yhdessä tekemistä ja edesauttaa jokaisen perheenjäsenen äänen kuuluville tulemistä.

Pitkän työharjoittelun ja syvällisen kehittämistyön kautta palvelujärjestelmäosaamiseni on syventynyt. Vastaanottokeskuksen moniammatillinen työtapa ja laajat verkostot tarjosivat hyvän näkökulman lastensuojeluun ja mielenterveys- ja päihdetyöhön osana palvelujärjestelmää. Hanke on tukenut myös asiakastyön osaamistani tarjoamalla monipuolisia kokemuksia vastaanottokeskuksen arjesta. Vastaanottokeskuksessa tavataan päivittäin sekä lapsia että heidän vanhempiaan ja ollaan tiiviissä yhteistyössä erilaisten verkostojen kanssa. Tilanteista toiseen siirrytään vauhdilla, mutta välillä on kyettävä pysähtymään, kuuntelemaan ja olemaan läsnä. Työssä korostuvia asiakastyön ulottuvuuksia ovat muun muassa hyvä paineensietokyky, useiden asioiden yhtäaikainen suorittaminen ja prosessointi sekä taito tehdä työtä yhteisöllisesti. Erityisen tärkeänä osa-alueena pidän työntekijän mentalisaatiokykyä sekä suhteessa osastolla asuvaan lapseen että hänen vanhempiainsa.

Tein kehittämistyötä kumppanuuslähtöisesti, toimeksiantajan tarpeiden pohjalta, ja tuotos on kokonaan uusi innovaatio sosiaalialalla. Mielipelin kehittäminen nojasi laajaan tietoperustaan, joka on osittain rakentunut vähitellen eri opintojeni aikana ja johon perehdyin syvällisesti. Olen ennenkin tehnyt luovaa työtä, mutta uudessa kontekstissa toimiminen, vahvisti itseluottamustani ja innovaatioprosessin toteuttamista nimenomaan sosiaalialalla. Kehittämishankkeeni kartutti myös johtamisosaamista, sillä hoidin itsenäi-

sesti koko hankkeen kaaren aikataulutuksista alihankkijakontakteihin. Toisaalta hankkeen toteuttaminen moniammatillisessa ympäristössä tarjosi oppimiskokemuksia ja tietoa verkosto- ja tiimityöstä.

Kehittämishanke tuki ammatillista kasvuani monipuolisesti sekä lisäämällä tietoa lastensuojelusta ja vanhemmuuden tukemisesta, myös niin, että pystyin kehittämishankkeessa yhdistämään aiempaa osaamistani graafisen suunnittelun alalta, luovaa ja uutta kehittävää ajattelutapaani ja kiinnostustani psykologiaan työhöni sosiaalialalla. Kehittämishanke kokosi toimivalla tavalla yhteen sekä aiemman osaamiseni että sosionomin opintojen ydinalueet.

6.2 Kehittämishankkeen arviointi ja jatkumahdollisuudet

Suuri osa Mielipelin arvioinnista tapahtui prosessin aikana, ja reagoin arviointiin jatkuvasti muokkaamalla työvälinettä – lisäämällä, poistamalla ja laajentamalla työvälineen sisältöä. Seppänen-Järvelän (2004, 19–20) kehittämishankkeen arvioinnissa olennaista on se, mitä tapahtuu projektin aikana, ihmisten välisenä toimintana ja sen kautta. Erityisen olennaista arviointi on hankkeissa, joissa luodaan uutta. Tämän tyyppisissä innovaatioprojektissa tavoitteet ja totuttamisstrategia ovat suhteellisen löyhiä: uutta palvelukonseptia etsitään kokeillen ja muokaten.

Työvälineen prototyyppiä ei ole tämän raportin palautuspäivään mennessä voitu vielä testata asiakkaiden kanssa, mutta toimeksiantaja on jo nyt tyytyväinen tuotokseen ja itse kehittämisprosessiin. Työväline on toki vasta prototyyppi, ja sen kehittäminen jatkuu, mutta kokonaisuudessaan olen itsekkin tyytyväinen sekä kehitettyyn välineeseen, että prosessin etenemiseen. Varsinainen palaute työvälineen käytöstä saadaan vasta, kun Mielipeliä on kokeiltu käytännön työssä, eli varsinaista vaikuttavuuden arviointia ei voida vielä tehdä.

Joitakin työvälineen toimimiseen liittyviä haasteita on ratkaistava, ennen kuin työväline on lopullisessa muodossaan. Korttien määrää pitää luultavasti supistaa, ja pelin käytäntöjä selkeyttää. Lisäksi pitää pohtia, vaatiiko pelin käyttöönotto talossa jonkinlaista koulutusta. Toiminnallista työvälinettä kehitettäessä hyvä idea ja hieno ulkoasu eivät riitä, vaan työvälineen tulisi kirjaimellisesti toimia sille tarkoitettuun tehtävään. Reilun puolen vuoden kesto on näin laajalle kehittämistyölle lyhyt, joten uskon osan avoimista kysymyksistä ratkeavan ajan myötä luontevasti, kunhan välinettä päästään laajemmin testaamaan.

Varsinaisia ongelmatilanteita en kehittämishankkeen aikana kohdannut. Loppuvaiheessa tuli hankkeeseen käytettävissä olevan ajan puitteissa hieman kiire, koska en ollut aikatauluttanut käyttäjäoppaan kirjoitukseen kuluvaan aikaa. Hankkeen tukirankana kulkevia periaatteita dialogisuudesta ja yhteisöllisestä kehittämisestä oli ajoittain haasteellista toteuttaa vastaanottokeskuksessa tehtävän hektisen työn lomassa, koska tämän tyyppiin tehtäviin kenelläkään ole erikseen varattua työaikaa. En ollut osannut varautua siihen, miten paljon järjestelyä perhekeskuksen kiireisessä arjessa tapahtuvaan kehittämiseen ja testaamiseen vaaditaan, jotta useampi ihminen pääsisi saman pöydän ääreen peliä kokeilemaan. Pyrin kuitenkin havainnoimaan ja keräämään kehittämishanketta hyödyttävää tietoa myös sellaisissa tilanteissa, joissa ei varsinaisesti puhuttu Mielipelistä, vaan yleisemmin talon työtavoista ja vanhempien kanssa työskentelystä.

Mielipelin ja mentalisaatioon perustuvan lähestymistavan valikoituminen yhdeksi talon suunnittelupäivän aiheeksi selvisi vasta aivan hankkeen loppuvaiheessa, joten myöskään siihen käytettävää aikaa en voinut etukäteen suunnitella. Ennalta minua mietitytti olla yksin vastuussa näin suuren hankkeen toteuttamisesta, mutta työyhteisön antama tuki ja teemaan sisälle pääseminen auttoivat, eikä huolia enää toteutusvaiheessa ollut. Koin hallitsevani projektin kokonaisuuden hyvin, ja kaikki tehdyt muutokset ja uudelleen suuntaamiset olivat perusteltuja, oikea-aikaisia ja hallittuja. Välillä olisi toki kaivannut työparia tai läheistä mentoria, jonka kanssa reflektoida prosessia ja miettiä ratkaisuja. Yhteistyön toimeksiantajatahon kanssa koin kuitenkin toimivana, ja kehittämistyössä mukana olleet antoivat kyllä aikaansa ja tarjosivat kaivattua heijastuspintaa, minkä kiireiseltä työtahdiltaan ehtivät. Kehittämishankkeen kokonaisuudessaan oli opettavainen, palkitseva ja onnistunut prosessi.

Kehitetyn työvälineen hyödynnettävyys sosiaalialalla on mielestäni hyvä. Vastaavanlaista mentalisaatioon perustuvaa, toiminnallista työvälinettä ei ole aiemmin ollut olemassa, ja koska Mielipeli on tietoisesti suunniteltu hyvin avoimeksi ja muunneltavaksi, sen käyttömahdollisuudet ovat toimeksiantajatahoa paljon laajemmat. Toivon tulevaisuudessa löytäväni yhteistyökumppaneita, joiden avulla Mielipeli voidaan ottaa käyttöön sekä perhetyötä tekevissä laitoksissa että ennaltaehkäisevän työn parissa.

Kehittämishankkeelle asetetut tavoitteet toteutuivat hyvin. Mielipelissä tuntuu tiivistyvän moni olennainen vanhemmuustyön teema. Työväline tullaan ottamaan laajasti käyttöön perhekeskuksessa, ja toivottavasti se löytää tiensä myös muiden käyttäjien käsiin. Mielipeli ja mentalisaatiokäsitteen tuleminen osaksi työprosesseja ja perhekeskuksen erityisiä osaamisalueita ylitti kehittämishankkeelle asetetut tavoitteet, koska hanke käynnisti

Mäntymäen perhekeskuksessa itseään suuremman prosessin, joka liittyy koko sosiaalialalla käynnissä olevaan paradigman muutokseen. Toivon kehittämästäni työvälineestä olevan hyötyä vanhempien kanssa tehtävässä työssä, ja uskon, että pelin avulla mentalisaation tukeminen tulee näkyvämmäksi ja tavoitteellisemmaksi osaksi työprosesseja Mäntymäen perhekeskuksessa.

Tulen jatkamaan Mielipelin kehittämistä edelleen, vaikka opinnäytetyön prosessi päättyykin. Kehittämishanke avasi minulle mahdollisuuksia toimia jatkossakin yhteistyössä Mäntymäen perhekeskuksen kanssa, ja suunnitelmia Mielipelin jatkokehittämisestä on jo tehty. Olen saanut positiivista palautetta työyhteisöltä perehtymisestääni aihepiiriin, innostuneesta ja innostavasta asenteestani sekä luovasta ajattelusta, jonka kautta työväline syntyi. Luovuus ja visuaalisen taidokkuus eivät ehkä ole kovin yleisiä taitoja sosiaalialalla, ja koen onnistuneeni työvälineen kehittämisessä erityisen hyvin juuri siksi, että olen pystynyt katsomaan kehitettävää aihetta sekä sosiaalialan että visuaalisen suunnittelun näkökulmasta.

Hankkeen tuotoksena kehitetty työvälineen prototyyppi on lähtökohta sille kehittämistyölle, joka jatkaa Mäntymäen perhekeskuksessa ensi vuoden alussa. Tarkoitus on testata Mielipeliä asiakastyössä, ja siitä saadun kokemuksen perusteella tehdä siihen tarvittavia muutoksia. Myös opasta on tarkoitus jatkaa: kehitteillä on tarkempi ohjeistus myös kahden vanhemman pelille sekä sovellus koko perheelle jalkautuvan perhetyön tarpeisiin. Kehittämishanke on käynnistänyt mielessäni jo monta muutakin ideaa mentalisaatiokykyä tukeviksi työvälineiksi. Toivon voivani jatkaa tämän tyyppistä kehittämistyötä myös tulevaisuudessa.

LÄHTEET

- Aalto, M. 2000. Ryppäästä ryhmäksi: turvallisen ryhmän rakentaminen. Tampere: My Generation Oy.
- Ahlqvist-Björkroth, S., Jaskari, S & Korja, R. 2016. Vuorovaikutuskyllyn terapeuttinen hoitomalli vahvistaa vanhemman ja lapsen suhdetta. *Psykoterapia-lehti* 2016;2; 116–131.
- Bardy M. 2002. Mistä vanhemmuus tehdään. Teoksessa: Järvinen K. & Kolbe L. (toim.) *Onks ketään kotona? Kasvatuksen suuntaa etsimässä*. Helsinki: Tammi, 35–52.
- Berg, L. & Johansson, M. 2011. Opastava yhteistyö perheiden kanssa. Helsinki: Profami.
- Broberg, A., Almqvist, K. & Tjus, T. 2005. Kliininen lapsipsykologia. Helsinki: Edita Publishing.
- Cooper, A. & Redfern, S. 2016. Reflective parenting. A guide to understanding what's going on in your child's mind. New York: Routledge.
- Fonagy, P & Allison, E. 2012. What is mentalization? The concept and its foundations in developmental research. Teoksessa Midgley, N. & Vrouva, I. 2012. *Minding the Child. Mentalization-Based Interventions with Children, Young People and their Families*. New York: Routledge.
- Hautamäki, A. 2005. Kiintymyssuhdeteoria – teoria yksilön kiin(nit)ymisestä tärkeisiin toisiin ihmisiin, kiintymyssuhteen katkoksista ja merkityksestä kehitykselle. Teoksessa Kalland, M. & Sinkkonen, J. (toim.) 2005. *Varhaiset ihmissuhteet ja niiden häiriintyminen*. Helsinki: WSOY. 13–66.
- Heino, T. 2013. Lastensuojelun tilastot, asiakkaat ja palvelut. Teoksessa Bardy, M. (toim.) 2013. *Lastensuojelun ytimissä*. Helsinki: Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. 84–107.
- Heino, T.; Hiilamo, H.; Hytti, H.; Rajavaara, M. & Saarikallio-Torp, M. 2009. Lapset huostassa, vanhemmat ahdingossa. Teoksessa Hämäläinen, U. & Kangas, O. (toim.) 2009. *Perhepiirissä*. KELA. 236–264.
- Hughes D. A. 2011. Kiintymyskeskeinen vanhemmuus. Toimivuutta kasvatukseen. Tampere: PT-kustannus.
- Isosävi, S. 2015. Ei-tietäminen osana sensitiivistä varhaista äitiyttä. Kontekstina vauvahavainnointiprosessi. *Psykoterapia-lehti* 2015; 34; 299–309.
- Jaskari S. 2008. Reflektiivisen työotteen kehittäminen –vauva vanhemman mielessä. Teoksessa Andersson M. & Hyytinen R. & Kuorelahti M. (toim.) *Vauvan parhaaksi. Kuntoutuminen päihteistä odotus- ja vauva-aikana. Pidä kiinni –hoitojärjestelmä. Ensi- ja turvakotien liiton julkaisu* 38. Helsinki: Ensi- ja turvakotien liitto, 126–139.
- Juusola, M. Vahvaksi rakastetut lapset. Keuruu: Otava.
- Järvinen, R., Lankinen, A., Taajamo, T., Veistilä, M. & Virolainen, A. 2012. Perheen parhaaksi. Perhetyön arkea. Helsinki: Edita Publishing.
- Kaikko, K. & Friis, L. Menetelmät lastensuojelun tukena. Teoksessa Bardy, M. (toim.) 2013. *Lastensuojelun ytimissä*. Helsinki: Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. 108–120.
- Kalland, M. 2005. Kiintymyssuhdeteorian kliininen merkitys. Teoksessa Sinkkonen, J. & Kalland, M. (toim.) 2005. *Varhaiset ihmissuhteet ja niiden häiriintyminen*. Helsinki: WSOY. 198–233.
- Kalland, M. 2014. Vanhemman mentalisaatiokyky. Teoksessa Viinikka, A. (toim.) 2014. *Mentalisaatio perheiden kohtaamisessa. Mannerheimin lastensuojeluliitto*. Tampere: Hämeen kirjapaino. 26–36.

- Kannasoja, S. 2013. Nuorten sosiaalinen toimintakyky. Väitöskirja. Jyväskylä studies in education, psychology and social research 484. Jyväskylä: University of Jyväskylä.
- Karila, K. & Nummenmaa, A. R. 2001. Matkalla moniammatillisuuteen. Kuvauskohteena päiväkot. Helsinki: WSOY.
- Karila, K. & Nummenmaa, A. R. 2011. Keskustelut osana varhaiskasvatustyötä. Teoksessa Nummenmaa A.R. & Karila K. Ammatilliset keskustelut varhaiskasvatuksessa. Helsinki: WSOYpro, 11–21.
- Kauppi A., Rautava M., Sourander J., Viinikka A. & Väättäinen E-M. 2012. Vahvuutta vanhemmuuteen. Perheryhmän ohjaajan opas. Helsinki: Mannerheimin Lastensuojeluliitto.
- Kauppi A. & Takalo A. 2014. Mentalisaation psykoanalyttiset juuret. Teoksessa Viinikka, A. (toim.) 2014. Mentalisaatio perheiden kohtaamisessa. Mannerheimin lasten-suojeluliitto.. Tampere: Hämeen kirjapaino. 8–25.
- Korhonen, S. & Holopainen, L. 2015. Vanhempana vahvemmaksi – kohti myönteistä vuorovaikutusta. Jyväskylä: Grano Oy.
- Korpiola, Lilly. Virittäydy lapsen taajuudelle. Adoptioperheet-lehti 2014; 2. Saatavilla myös: http://www.adoptioperheet.fi/sites/default/files/artikkelit/virittaydy_lapsen_tajuudelle_2_14.pdf
- Känkänen, P. 2006. Taidelähtöiset työmenetelmät lastensuojelussa. Teoksessa Hannele Forsberg, Aino Ritola-Koskinen & Maritta Törrönen (toim.) Lapset ja sosiaalityö. Kohtaamisia, menetelmiä ja tiedon uudelleenarviointia. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Känkänen, P. 2013. Taidelähtöiset menetelmät lastensuojelussa. Helsinki: Terveystieteiden ja hyvinvoinnin laitos.
- Larmo, A. 2010. Mentalisaatio – kyky pitää mieli mielessä. Lääketieteellinen Aikakauskirja Duodecim. 2010;126(6):616–621.
- Lastensuojelun keskusliitto. 2009. Erossa neuvon keksii. Neuvo-projekti tukemassa eronneita vanhempia vuosina 2005–2009. Helsinki.
- Mahkonen, S. 2010. Lastensuojelu ja laki. Helsinki: Edita publishing.
- Marttunen, M. 2005. Riittävän hyvä vanhemmuus. Kansanterveys-lehti 2005;5;4–5.
- Mattila, K-P. 2011. Lapsen vahvistava kohtaaminen. Jyväskylä: PS-Kustannus.
- Mielenterveystalo 2016. Viitattu 20.10.2016. www.mielenterveystalo.fi Aikuiset > Omahoito ja oppaat > Oppaat > Tietoa psykoosista > Psykoedukaatio
- Mäkelä, J. 2014. Näkökulma: reflektiivisen toiminnan yhteiskunnallinen ulottuvuus. Teoksessa Viinikka, A. (toim.) 2014. Mentalisaatio perheiden kohtaamisessa. Mannerheimin lastensuojeluliitto. Tampere: Hämeen kirjapaino. 168–180.
- Mäntymäen perhekeskus. 2016a. Tehtäväkuvauslomakkeet.
- Mäntymäen perhekeskus. 2016b. Tervetuloa tutkimus- ja arviointijaksolle. Vanhemmille annettava esite.
- Niemi, M. 2012. Lapsen ominaisuudet, perheen resurssit ja vanhempi-lapsisuhde lapsen kehityksen ennustajana. Pitkittäistutkimus varhaislapsuudesta kouluikään. Väitöskirja. Tampereen yliopisto. Yhteiskunta- ja kulttuuritieteiden yksikkö. Tampere: Juvenes Print.
- Nijssens, L., Luyten, P. & Bales, D.L. 2013. Mentalization-based treatment for parents (MBT-P) with borderline personality disorder and their infants. Teoksessa Midgley, N. & Vrouva, I. 2012. Minding the Child. Mentalization-Based Interventions with Children, Young People and their Families. New York: Routledge. 79–97.
- Pesäpuu 2010. Viitattu 19.10.2016. www.pesapuu.fi > Materiaalit

- Pajulo, M. 2004. Vauvan tunnetila ja sen säätely - Äidin reflektiivinen kyky ja sen merkitys turvallisuudessa kiintymyssuhteessa. Lääketieteellinen Aikakauskirja Duodecim 2004;120(21):2543-9.
- Pajulo, M. & Kalland, M. 2006. Uutta ajattelua päihdeongelmaisten äitivauvaperheiden hoidossa. Lääketieteellinen Aikakauskirja Duodecim. 2006;122(21):2603-11.
- Pajulo, M. & Pyykkönen N. 2011. Mentalisaatiokyky varhaisessa vanhemmuudessa. Teoksessa Sinkkonen, Jari & Kalland, Mirjam (toim.) Varhaislapsuuden tunnesiteet ja niiden suojeleminen. Helsinki: WSOY, 71–94.
- Pajulo, M., Pyykkönen, N. & Salo, S. 2016. Mentalisaatio – ydinalue lasta suojaavassa työssä. Perheterapia-lehti 2016;1; 34–43.
- Salo S. 2012. Emotionaalisen saatavillaolon lisääminen päivähoitossa. Teoksessa Kanninen K. & Sigfrids A. Tunne minut! Turva ja tunteet lapsen silmin. Jyväskylä: PS-kustannus. 91–102.
- Salo, S. & Kalland, M. 2014. Lapsen mentalisaatiokyky. Teoksessa Viinikka, A. (toim.) Mentalisaatio perheiden kohtaamisessa. Mannerheimin lasten-suojeluliitto. 2014. Tampere. Hämeen kirjapaino. 39–54.
- Salo, S. & Kauppi, A. 2014a. Reflektiivinen työote vanhemman kohtaamisessa. Teoksessa Viinikka, A. (toim.) Mentalisaatio perheiden kohtaamisessa. Mannerheimin lastensuojeluliitto. 2014. Tampere. Hämeen kirjapaino. 75–96.
- Salo, S. & Kauppi, A. 2014b. Reflektiivinen työote. Vahvuutta vanhemmuuteen -hanke. Päätöseminaari. Viitattu 20.10.2016. www.mll.fi Etusivu > Tietoa MLL:sta > Koulutukset, kurssit ja seminaarit > Menneet seminaarit > Mentalisaatio ja reflektiivinen työote perheiden kohtaamisessa –seminaari 22.10.2014.
- Salonen, K. 2013. Näkökulmia tutkimukselliseen ja toiminnalliseen opinnäytetyöhön. Opas opiskelijoille, opettajille ja TKI-henkilöstölle. Turku: Turun Ammattikorkeakoulu.
- Saastamoinen, K. 2008. Lapsen asema sijaishuollossa – Käsikirja arjen toimintaan. Helsinki: Edita Publishing.
- Sevon, E. & Notko, M. 2008. Perhesuhteiden omalakisuus. Teoksessa Sevon, E. & Notko, M. 2008. Perhesuhteet puntarissa. Helsinki: Gaudeamus Helsinki University Press.
- Seppänen-Järvelä, R. 2004. Prosessiarviointi kehittämisprojektissa Opas käytäntöihin. Arviointiraportti. Helsinki: Stakes.
- Seppänen, P., Hansen, M., Janhunen, T., Kytöpuu, K., Salo, S., Seppänen, S., Tapio, N. & Vilén, M. 2010. Perhetyön työkalupakki täydentyy. Teoksessa Vilén, M., Seppänen, P., Tapio, N. & Toivanen, R. (toim.) Kohtaamisia lapsiperheissä. Menetelmiä perhetyöhön. Helsinki: Kirjapaja. 208–257.
- Slade, A. 2006. Reflective Parenting Programs: Theory and Development. Psychoanalytic Inquiry. 2006; 26; 640–657.
- Talentia 2013. Arki, arvot, elämä, etiikka. Sosiaalialan ammattieettiset ohjeet. Helsinki: Ammattieettinen lautakunta. http://www.talentia.fi/files/558/Etiikkaopas_2013_net.pdf
- Terapianetti 2008. Vanhemmuuskortit. Käyttöohje.
- Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. 2014a. Mikä on vastaaottokoti? Lastensuojelun käsikirja. Viitattu 24.10.2016. <http://www.thl.fi/fi/web/lastensuojelun-kasikirja/lastensuojelunkasikirja/tyopro-sessi/mita-on-lastensuojelu> Thl.fi > Käsikirjat > Lastensuojelun käsikirja > Työprosessit > Sijais-huolto > Sijaishuollon muodot > Lastensuojelulaitokset > Vastaaottokoti
- Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. 2014b. Työmenetelmät ja -välineet. Lastensuojelun käsikirja. Viitattu 24.10.2016. <https://www.thl.fi/fi/web/lastensuojelun-kasikirja/tyomenetelmat-ja-valineet> Thl.fi > Käsikirjat > Lastensuojelun käsikirja > Työmenetelmät ja -välineet

Toikko, T. & Rantanen, T. 2009. Tutkimuksellinen kehittämistoiminta. Näkökulmia kehittämissessiin, osallistumiseen ja tiedontuotantoon. Tampere: Tampere University Press.

Turku 2016. Turun kaupungin verkkosivut. Viitattu 19.9.2016. www.turku.fi Sosiaali- ja terveyspalvelut > Sosiaalipalvelut > Lasten ja nuorten hyvinvointi > Lastensuojelu > Lapsen sijoitukset > Turun kaupungin lastensuojelulaitokset

Uramo, M. 2008. Vanhemmuuden kohtaaminen lastensuojelussa. Pro Gradu-tutkielma. Helsingin Yliopisto.

Viinikka A., Sourander J. & Oksanen E. 2014. Reflektiivinen työote perheryhmän ohjaamisessa. Teoksessa Viinikka A. (toim.) Mentalisaatio perheiden kohtaamisessa. Helsinki: Mannerheimin Lastensuojeluliitto, 97–120.

Vilén, M., Leppämäki, P. & Ekström, L. 2008. Vuorovaikutuksellinen tukeminen sosiaali- ja terveysalalla. 3. uudistettu painos. Helsinki: WSOY Oppimateriaalit Oy.

Vilén, M., Vihunen, R., Vartiainen, J., Siven, T., Neuvonen, S. & Kurvinen, A. 2013. Lapsuus: erityinen elämänvaihe. Helsinki: Sanoma Pro Oy.

Mielipeli: Käyttäjän opas



Mielipeli on kehitetty Turussa, Mäntymäen perhekeskuksessa opinnäytetyönä, ja se on tarkoitettu ensisijaisesti vanhemman kanssa käytävien keskustelujen apuvälineeksi. Sen on tarkoitus konkreettisella ja havainnollisella tavalla **auttaa vanhempaa pitämään lapsi mielessään ja ymmärtämään lapsen omaa, erillistä kokemusta.**

Mielipelin tavoitteena on tukea vanhemman mentalisaatiokykyä, ja auttaa vanhempaa pitämään lapsi mielessään arjessaan ja tulevaisuudessa vastaavissa tilanteissa. Peli saattaa tehdä vaikeiden tilanteiden käsittelystä hieman helpompaa, koska pelissä on valmiita vaihtoehtoja, joista valita, ja toiminnallisuus helpottaa asioiden käsittelyä.

Mentalisaatiokyvyllä tarkoitetaan kykyä pitää mielessä sekä omaa että toisen mieltä. Se on uteliaisuutta toisen mieltä kohtaan, sekä ymmärrystä siitä, että käyttäytymisen taustalla saattaa olla tunteita ja motiiveja, joita **emme voi tietää, vaan joita voimme vain arvailla.** Mentalisaatiokyvyn katsotaan liittyvän vahvasti kiintymyssuhteisiin ja varhaisiin kokemuksiin vuorovaikutuksesta. Nämä kokemukset muokkaavat yksilön toimintamalleja, jotka puolestaan vaikuttavat kaikkiin tuleviin ihmissuhteisiin. Vakavien vanhemmuuden haasteiden takana onkin usein ylisukupolvista vaille jäämistä ja ristiriitaista tai puuttuvaa hoivaa.

Mentalisaatiota lähellä olevia käsitteitä on **reflektiivinen kyky** ja **empatia**. Reflektiivinen kyky kuvaa vanhemman kykyä sopivalla tavalla heijastaa lapselle tämän tunteita ja kokemus, jotka vanhempi on siten huomannut ja ymmärtänyt. Toisaalta sana viittaa vanhemman kykyyn peilata omia lapsuudenkokemuksiaan nykyhetkeen aikuisella, kypsällä tavalla.

Empatia on myötäelämisen taitoa, ja se on olennainen osa myös mentalisaatiokykyä, mutta siinä missä empatia on lähinnä toisen tunteeseen eläytymistä, **mentalisaatio vaatii tunteen ja ajattelun yhdistämistä eli aktiivista pyrkimystä ja tahtoa pohdita toisen mielen sisältöä.**

Mielipelissä lapsi ja hänen tunteensa ovat keskiössä. **Lapsi on keskellä peliä myös konkreettisesti**, sillä aluksi kuva lapsesta asetetaan pöydälle, ja hän näkyy pelilaudan keskellä olevasta reiästä koko keskustelun ajan.

Työntekijän on tärkeää ennalta miettiä, **mitä havaintoja hän on tehnyt perheen vuorovaikutuksesta**, ja pohtia perheen kiintymyssuhteille tai tapoja olla suhteessa tärkeään toiseen. Työntekijä voi esimerkiksi miettiä, näkyykö vuorovaikutuksessa viitteitä välttelevästä tai ristiriitaisesta kiintymystavasta.

- *Keskusteleeko vanhempi lapsen kanssa tunnekokemuksista ja pystyykö hän erotta-*

maan oman tunteensa lapsen kokemukselta?

- Millaiselta ongelmatilanteiden ratkaisumallit vaikuttavat?
- Pyrkiikö vanhempi vaientamaan lapsen tunnepurkaukset vai reagoiko hän niihin voimakkaasti?
- Vaikuttaako siltä, että vanhempi on tietoinen omista tunteistaan ja toiminnastaan eri tilanteissa?

PELIN RAKENNE JA PERUSAJATUS

Ennen Mielipelin ottamista osaksi työskentelyä on työntekijän hyvä **perehtyä taustateoriaan ja perusajatuksen** siinä määrin, että pelin idea on itselle selkeä. On tärkeää noudattaa ohjeessa kuvattua pelin kulkua, sillä järjestys ja toimintatapa tukee mentalisaatiokyvyn harjoittamista, jota voidaan vähitellen opetella. **Työntekijältä vaaditaan sensitiivisyyttä tilanteelle: milloin olla aktiivinen, milloin lähinnä kuunnella ja houkutella vanhempaa puhumaan.**

Peliä edeltävällä vanhemman tapaamisella on hyvä **keskustella siitä, mitä pelissä on tarkoitus tehdä** ja korostaa sitä, että pelin avulla pyritään pohtimaan sekä omaa että lapsen kokemusta ongelmalliseksi koetussa tilanteessa. Vanhempaa pyydetään tuomaan **lapsesta jokin kuva**, tai jollei tämä onnistu, voi työntekijä ottaa lapsesta tarkoitukseen sopiva kuvan. Lapsen kasvojen näkyminen on tärkeää, sillä tällä tavalla **lapsi on pelissä näkyvällä tavalla keskustelun keskiössä**. Lapsen kuvan avulla keskustelua voidaan myös palauttaa takaisin häneen.

Peli koostuu pelilaudasta, sekä kolmenlaisista korteista. **Tilannekortteissa** kuvataan lyhyesti perheiden kohtaamia yleisiä ongelmatilanteita. **Toimintakorteilla** kerrotaan siitä, miten kukin perheenjäsen tilanteessa toimii, ja **tunnekortit** sisältävät tunnetiloja, joiden kautta päästään käsiksi

mentalisaatiokyvyn kannalta olennaisiin asioihin.

Tilannekortteja on paljon, ja ne on jaettu viiteen eri kategoriaan (Perustilanteet lapsiperheissä; Erovanhemmuus; Murrosikä; Vanhempien ongelmat; Huoli lapsesta). Korttien kategoriat on merkitty eri väreillä kortin taustapuolen reunuksessa. Tarkoitus on, että työntekijä esivalitsee korteista kyseiselle perheelle sopivia kortteja (esim. 10 kpl).

Mielipelissä vanhempi valitsee käsiteltävän tilanteen annetuista vaihtoehtoista. Joissakin tapauksissa saattaa kuitenkin olla tarpeellista ottaa pöydälle vain muutama vaihtoehto, jos vanhempi pyrkii usein välttelemään tietyistä tilanteista puhumista. Jos vanhempi kokee tilanteen vallan hyvin vaikeaksi, työntekijä voi tuki auttaa valitsemaan perheelle olennainen tilanne.

Mielipelissä on myös tyhjiä kortteja siltä varalta, että oikealta tuntuva tilannetta ei löydy. Tällöin vanhemman ehdottama tilanne voidaan kirjoittaa tyhjään korttiin esim. post-it-lapulla.



PELIN KULKU

Peruspelissä on mukana **yksi vanhempi ja työntekijä**.

1. Aluksi lapsen kuva asetetaan pöydälle, ja sen päälle laitetaan pelilauta, jonka keskelellä on reikä. **Joskus vanhemmalle on erityisen vaikeaa kuvailla lastaan ja eläytyä lapsen kokemukseen.** Laudan keskelellä olevan kuvan avulla voidaan ennen pelaamisen aloittamista miettiä, miltä lapsi näyttää, millainen ilme hänellä kuvassa on, mitähän hän siinä ajattelee ja tuntee, ja näin keskittyä pohtimaan nimenomaan tätä lasta ainutlaatuisena yksilönä. **Kuvan avulla voidaan käydä myös virittävää keskustelua,** jossa pohditaan esimerkiksi, mitä samaa lapsessa on kuin vanhemmassa, ja toisalta, missä asioissa hän on erilainen.

2. Ennalta valitut tilanteet levitetään pöydälle pelilaudan ympärille. Tilanteen valintaa autetaan kysymällä:

- Mikä näistä pöydällä näkyvistä tilanteista on sellainen, joka koskettaa usein teidän perhettänne?
- Voitko valita tilanteen, jonka takia perheenne on täällä?

Valittu tilannekortti (tai kortit) asetetaan pelilaudalle samanväriselle alueelle. Tarkoitus on keskustella tilannekortin kuvaamasta tilanteesta monipuolisesti ja avoimesti, tuomitsemattomassa ilmapiirissä. Vanhemman valitsemasta tilanteesta keskustellaan, jotta työntekijälle selvi

ää, miten tämä vanhempi tilanteen hahmottaa ja miten hän on ymmärtänyt kortin tekstin. Tässä tilanteessa on tärkeää lähinnä havainnoida ja kuunnella, miten vanhempi tilannetta kuvailee. Työntekijä voi esittää tarkentavia kysymyksiä esimerkiksi

- Kuinka usein tämäntyyppinen tilanne perheessä toistuu?
- Kuinka kauan tällaista on jatkunut?

- Edeltääkö tilanteen syntymistä aina jotkut tietyt asiat vai syntyykö tilanne yllättäen?

3. Tilannekortin jälkeen pelaaja valitsee valmiista vaihtoehdoista **toimintakortin**, joka parhaiten kuvaa sitä, **miten hän itse tässä tilanteessa toimii.** Kortteja on paljon, joten saattaa olla tarpeen käydä niitä yhdessä läpi. Pelissä ei saa olla kiire, joten vanhemman kanssa voi rauhassa vaikka lukea ääneen toimintakortteja ja pohtia valintaa. **Valittu toimintakortti asetetaan pelilaudalle samanväriselle pohjalle.**



Toimintakorttien kohdalla voi keskittyä ensin siihen, miten vanhempi itse tilanteessa toimii ja sitten siihen, miten muut perheenjäsenet toimivat. Saattaa olla hyödyllistä siis miettiä jokaisen perheenjäsenen toimintaa erikseen valitsemalla pelilaudalle monta toimintakorttia. Viimeiseksi pysähdytään miettimään, mitä lapsi tekee.

Tilanteesta siirrytään siis ensin toimintaan kysymällä:

- Mitä sinä tässä tilanteessa teet? Miten toimit?

Sitten voidaan käydä läpi **muiden perheenjäsenten toiminta** tilanteessa:

- *Keitä muita on paikalla? Mitä he tekevät?*

Toimintavaiheessa kysytään viimeiseksi, **missä lapsi on ja mitä hän tilanteessa tekee.**

- *Mitä lapsi tekee? Missä lapsi on tässä tilanteessa? Miltä hän näyttää? Mitä hän sanoo?*

4. Seuraavassa vaiheessa levitetään pöydälle **tunnekortit**, joilla mietitään sekä omaa että lapsen tunnetta, ajatuksia ja kokemusta valitussa tilanteessa ja sitä seuraavassa toiminnassa.

On tärkeää käsitellä ensin vanhemman tunteita, sillä mentalisaationteorian valossa **on ensin ymmärrettävä omia sisäisiä liikekeitään, jotta voi ymmärtää muiden kokemusta.** Vaikka lapsi siis on pelin keskiössä ja Mielipeli tähtää lapsen näkyväsi-tekemiseen, on **vanhemman tunteet ja niille tilan antaminen ehdottoman tärkeää.** Jos kuitenkin tuntuu siltä, että keskustelu karkaa liian kauas käsiteltävästä tilanteesta ja lapsen kannalta olennaisista asioista, työntekijä palauttaa keskustelun takaisin pelilaudalle.

Vanhempi pohtii työntekijän kanssa ja avustamana, miltä hänestä tässä tilanteessa, toimiessaan näin, tuntuu. Sopivia kysymyksiä tähän vaiheeseen ovat esimerkiksi:

- *Miltä sinusta tässä tilanteessa tuntuu?*
- *Miltä sinusta tuntuu, kun olet toiminut näin?*
- *Mitä tunteita muiden toiminta saa sinussa aikaan?*

Tunnekortit antavat valmiita vaihtoehtoja tunteiden tunnistamiseen. Jollei sopivaa tunnetta löydy, voidaan jälleen käyttää tyhjiä kortteja. Vanhempi valitsee omaan tunnetilaansa sopivan kortin ja se asetetaan pelilaudalle saman väriselle alueelle.

On olennaista pohtia, millaiseen toimintaan tunne johtaa, ja toisinpäin: miten toiminnasta seuraa tunteita.

Vanhemman tunteiden pohtimisen jälkeen siirrytään lapseen:

- *Mitähän lapsi tässä tilanteessa tuntee?*
- *Miltä sinun toimintasi tässä tilanteessa lapsesta tuntuu?*

Vanhempi valitsee pöydälle levitetyistä tunnekorteista nyt oletamaansa lapsen tunnetilaa vastaavan kortin, ja se laitetaan pelilaudalle vanhemman tunnekortin kanssa samaan kenttään.

Nyt on pohdinnan aika. Pelilautaa katsotaan yhdessä vanhemman kanssa, ja mietitään, miltä kokonaisuus näyttää. On tärkeää herätellä vanhempaa **ymmärtämään vuorovaikutuksen vastavuoroisuutta eli sitä, miten meidän tunteemme ja toimintamme vaikuttavat toisen tunteisiin ja toimintaan.** Tässä voidaan keskustella siitä, miten oma toiminta vaikuttaa muihin ja **erityisesti aikuistesta riippuvaiseen lapseen.**

Lisäksi voidaan pohtia sitä, **vastaako sisäinen tunne aina näkyvää käyttäytymistä**, vai voiko toiminnan takana olla jotakin muutakin, kuin ilmiselvältä vaikuttava tunne. Keskustelu palautetaan aina takaisin lapseen:

- *Mitähän lapsi tästä ajattelee?*
- *Millaiselta hänestä tässä mahtaa tuntua, kun vanhemmat toimivat näin?*
- *Mitähän muuta lapsen päässä saattaa liikkua, kuin se, mikä näkyy käyttäytymisessä?*

Tunteessa on tärkeää viipyä ja miettiä vanhemman kanssa, millainen mikäkin tunne on, esim. millaista on olla kiukkuinen (turhauttavaa), miltä se tuntuu (ettei kukaan välitä mitä sanon), miltä tuntuu se, ettei kukaan välitä (yksinäiseltä), miltä tuntuu yksinäisyys (pelottavalta). Tämän jäl-

keen voidaan miettiä, miltäköhän lapsesta tuntuu olla kiukkuinen? Työntekijä voi auttaa vanhempaa fokuoimaan samalla tavalla lapsen tunteeseen, ja tässä vanhemmalla on mahdollisuus oivaltaa, että lapsi tuntee eri tavalla kuin hän itse. Työntekijä mallintaa reflektiivistä ja sensitiivistä suhtautumista omalla toiminnallaan, eli sillä, miten hän vanhemman kokemuksiin suhtautuu.

Pelissä on tarkoitus vuorotella tunne- ja toimintakorteilla ja löytää ratkaisuja toistuviin ongelmallisiin tilanteisiin. Ratkaisuja voidaan havainnollistaa esim. vaihtamalla pelilaudalle positiivisempi toimintakortti ja kysyä, miten oma ja lapsen tunnetila muuttuisi, jos vanhempi toimisikin näin.



Tunnekenttään voi myös yhdessä vanhemman kanssa valita vuorotellen tunnekortteja vanhemmalle ja lapselle, koittaen **lisätä tunteiden variaatiota ja vaihtelua, sekä osoittaa lapsen ja vanhemman kokemusten erillisyyttä.** Vanhempi saattaa esimerkiksi olla ensin sitä mieltä, että lätkimään lähtenyt teini on vihainen ja tyytyväinen, mutta pelin edetessä hän saattaa löytää muitakin savyjä: ehkä nuori onkin myös hämmmentynyt, ahdistunut, ja kokee syyllisyyttä. **Vanhemmalle voi selittää, että vaikka toisen tunteita ei voi var-**

masti tietää, on tärkeää olla niistä kiinnostunut, ja koittaa ymmärtää toisen kokemusta.

Mielipeli voi olla vanhemmalle haastava, ja siihen tulee varata riittävästi aikaa. Mielipeliä kannattaa pelata saman vanhemman/perheen kanssa monta kertaa, sillä pelin avulla mentalisaatiokykyä voidaan harjoitella. **Ydinkysymysten toistaminen ja reflektiiviseen ajattelutapaan ohjaaminen on oppimisessa olennaista.** Jos vanhempi kokee pelin toimintatavan vaikeaksi, työntekijä voi tukea vanhempaa sanomalla, että arjen tilanteissa ei välttämättä ehdi tai aina huomaakaan ajatella tällaisia asioita, mutta että lapsen mielen pohdiskelun avulla lapsen näkökulman näkeminen saattaa muuttua helpommaksi.

Vanhempaa voi koska tahansa pelin aikana auttaa tavoittamaan oman lapsensa mieli pyytämällä häntä katsomaan pelilautaa, jossa lapsi on keskiössä, sekä valittu tilanne ja vanhemman ja lapsen toimintakortit. **Keskustelussa voidaan pohtia valittuun tilanteeseen eläytyen, missä lapsi nyt on, miltä hän näyttää, mitä hän tekee.** Vanhempaa voi pyytää miettimään, miltä tämä tilanne ja nämä perheenjäsenten toiminnat lapsesta mahtavat tuntua. **Vanhempaa ohjataan miettimään myös sitä, mitä lapsi tässä tilanteessa nyt ajattelee, ja mitä hän lapsi tahtoi seuraavaksi tapahtuvan.**

Monesti vanhemman saattaa olla vaikea tavoittaa lapsen mieltä, sillä hänen kykynsä mentalisoida ei ehkä ole kovin vahva. Vanhempi saattaa myös huomata, ettei kyseisessä tilanteessa ole edes huomannut, missä lapsi on ja mitä lapsi tekee (esim. vanhempien riidellessä). Joskus vanhemman saattaa olla hyvin vaikea päästä irti omasta kokemuksestaan ja omista tunteistaan.

Työntekijän rooli Mielipelin keskustelussa on siis suuri: on pyrittävä kyseiselle vanhemmalle sopivalla tavalla johdat-

telemaan häntä kohti lasta ja hänen kokemustaan. Toiminta- ja tunnekorttien vuoropuhelu auttaa vanhempaa oivaltaamaan tunteiden ja toiminnan välisen suhteen. **Vanhemmalle voi kertoa, että vaikkei tuntemaansa tunnetta pysty valitsemaan, niin omaan toimintaan pysyy vaikuttamaan.**

Tunnekorttivaiheen jälkeen on tärkeää käydä keskustelua siitä, mitä toiminnan vaihtaminen aiheuttaisi. **Työntekijä voi auttaa vanhempaa näkemään vaihtoehtoisia toimintatapoja** valitsemalla vaikka aivan sattumanvaraisesti jonkun muun reagoitavan aikaisemman tilalle ja kysymällä, että **jos tilanteessa kävisikin näin, niin miltä lapsesta sitten mahtaisi tuntua.**

Jos valittu tilanne pysyy samana, mutta:

- *Jos vanhempi huutamiseen sijaan istuisi alas ja laskisi sataan, mikä muuttuisi?*
- *Jos vanhempi ei paiskikaan tavaroita, vaan lähtisi kävelyllä, mikä muuttuisi?*

Voidaan siis miettiä, aiheuttaako toimintakortin muuttuminen myös tunnekortin muuttumisen, ensisijaisesti lapsen osalta, mutta on hedelmällistä miettiä myös vanhemman tunteita ja korostaa kokemusten erillisyyttä: **lapsi voi tuntea jotakin ihan muuta, kuin mitä vanhempi tilanteessa tuntee, ja jopa jotakin ihan muuta, kuin miltä lapsen ilmiäyttyminen vaikuttaa.**

Mielipeliä voidaan käyttää myös mahdollisten vaikeiden tilanteiden miettimisessä etukäteen. Työntekijä voi pelin avulla auttaa vanhempaa käsittelemään tulevaa tai jo tapahtunutta hankalaa, lasta koskevaa tilannetta. Näin pystytään ehkä vaikuttamaan siihen, miten vanhempi lapsen kanssa asiasta keskustellessaan toimii ja osaa ottaa lapsen huomioon.

Paripeli: kaksi vanhempaa ja työntekijä

Paripeli-sovellus voi auttaa vanhempia hahmottamaan perheessä vakiintuneita tilanne-reaktio-malleja. Paripelissä vanhemmat valitsevat yhdessä käsiteltävän tilanteen, ja molemmat valitsevat itseensä parhaiten sopivan tunne- ja toimintakortin. Keskustelussa voidaan miettiä, miltä toisen valitsema toimintakortti vaikuttaa: onko itsellä toisen toiminnasta samanlainen näkemys. Viimeiseksi valitaan lapsen tunnekortti: mitä lapsi tuntee? Mitähän hän haluaisi tässä tilanteessa seuraavaksi tapahtuvan? jne.

Vanhempien kanssa voidaan pelata Mielipeliä myös vuoropuheluna niin, että molemmat asettavat pelilaudalle tunteen, johon toinen vanhempi vastaa toiminnalla. **Peliä voidaan näin pelata sekä parisuhteen näkökulmasta, että lapsen tunteen ja vanhempien toiminnan näkökulmasta.**

Eronneiden vanhempien kanssa voi olla hyödyllistä käydä tunnekortteja läpi myös vanhempien keskinäisen suhteen osalta. Tällöin peli voidaan pelata toisella kerralla lapsen näkökulmasta, ja toisella kerralla niin, että vanhemmat saavat tietoa toistensa ajatuksista ja tunteista. **Yhteistyövanhemmuuteen kannustettaessa vanhempien ymmärrys ja mentalisaatiokyky, sekä suhteessa toisiinsa että suhteessa lapseen, korostuu.**

Perhepeli: vanhemmat ja lapsi yhdessä

Jos työntekijä näkee kyseessä olevan perheen kannalta olevan hyödyllistä pelata mielipeliä yhdessä vanhemman ja lapsen kanssa (esim. osastolla intervalli-jaksolla), näin voidaan tehdä. **Työntekijän tulee kuitenkin pitää huolta siitä, ettei Mielipelin aikana käytävä keskustelu ole lapselle haitallista, ja tarvittaessa keskeyttää peli, jos siltä vaikuttaa.** Lapsen kans-

sa pelatessa tulee vanhemmille korostaa, että pelissä tavoitellaan ensisijaisesti lapsen kokemusta, ajatuksia ja tunteita. Alle kouluikäisen lapsen kanssa peliä ei suositella pelattavaksi.

Lapsen iästä riippuen voi olla hyvä antaa lapsen valita pelissä käsiteltävä tilanne. Tilanteen voi kuitenkin valita myös vanhempi tai työntekijä, jos se tuntuu toimivan paremmin.

Peli etenee samalla tavalla kuin peruspelissä, mutta työntekijän rooli keskustelun rajaamisessa ja ohjaamisessa korostuu. Toimintakorttien kohdalla on hyvä keskustella koko perheen kanssa siitä, miten kukin reagoi, ja myös siitä, jos vanhemman oma näkemys reagoinnistaan poikkeaa lapsen näkemyksestä. Tällöin molemmat voivat valita toimintakortit myös toisilleen, ja työntekijä voi korostaa, ettei ns. oikeaa vastausta ole, vaan oma toiminta saattaa näyttää toisesta erilaiselta, kuin miltä se itsestä tuntuu. **On tärkeää antaa lapsen puheelle paljon tilaa, ja kannustaa vanhempia kuuntelemaan ja seuraamaan lapsen valintoja pelissä.**

Tunnekorttien kohdalla keskitytään lapseen. **Lapselta itseltään kysytään, miltä hänestä tässä tilanteessa, jossa vanhempi toimii näin, tuntuu.** Vanhemman rooli on tässä hetkessä olla kuuntelija ja vastaanottaa se, mitä lapsi haluaa omista ajatuksistaan ja tunteistaan jakaa. Lapsen valittua tunnekorttinsa, voidaan vanhemmalta kysyä, tiesikö hän lapsen tuntevan näin vai yllättikö asiassa jokin. Vanhempaa voidaan tässä vaiheessa pyytää valitsemaan tunnekortti, joka kuvaa sitä, miltä hänestä nyt tuntuu, juuri tällä hetkellä. Toisaalta vanhempaa voi pyytää valitsemaan toimintakortin, jolla hän ehkä voisi helpottaa lapsen tunnetilaa.

Perhepeli lopetetaan yhteiseen keskusteluun siitä, miten tilanne voitaisiin ratkaista toisin.

Valittuja toimintakortteja voidaan kokeeksi vaihtaa toisiin ja miettiä, muuttuvatko itse kunkin tunnekortitkin. Tämä reflektiivistä keskustelua ja pohdintaa tilanteiden, toiminnan ja tunteiden vaikutuksista toisiinsa on pelin ydinsisältö.

Viimeiseksi on hyvä luoda toiveikkuutta pohtimalla, millaisia pieniä askeleita vanhemmat voisivat ottaa, jotta tilanne ei menisi saman kaavan mukaan. Vanhemman kanssa on hyvä keskustella myös siitä, että uusien toimintamallien oppiminen ei tapahdu hetkessä ja että Mieli-peli-työskentelyä on tarkoitus tehdä useamman kerran vanhempaintapaamisissa.

Jos lapsi on teini-ikäinen, myös häneltä voidaan kysyä, mitä hän voisi tehdä eri tavalla, mutta kaikessa keskustelussa on varottava vastuuttamasta lasta liikaa. **Mielipelin perusajatuksena on se, että vanhempi on päävastuussa perheen ilmapiiiristä ja perheessä tapahtuvista tilanteista, ja myös vastuussa lapsen suojelemisesta ja turvaamisesta. ♦**

Mielipeli: Ohje vanhemmalle



Mielipeli on perheiden kanssa käytävien keskustelujen avuksi kehitetty työväline, joka auttaa pohtimaan sekä vanhemman omaa että lapsen kokemusta jossakin perheen ongelmalliseksi kokemassa tilanteessa. Peli saattaa tehdä vaikeiden tilanteiden käsittelystä hieman helpompaa, koska pelissä on valmiita vaihtoehtoja, joista valita.

- Tuo mukanaasi **kuva lapsesta peliä varten**. Lapsen kasvojen näkyminen kuvassa on tärkeää. Pelilaudassa on paikka lapsen kuvalle.

- Peli koostuu pelilaudasta, sekä kolmenlaisista korteista. **Tilannekorteissa** kuvataan lyhyesti perheiden kohtaamia ongelmatilanteita. **Toimintakorteilla** kerrotaan siitä, miten kukin perheenjäsen tilanteessa toimii, ja **tunnekortit** kuvaavat erilaisia tunteita ja tunnetiloja.

Mielipelissä vanhempi saa valita käsiteltävän tilanteen hänelle annetuista vaihtoehdoista.

- Pelin avulla voidaan miettiä, millaiseen toimintaan oma tunne johtaa, ja toisinpäin: miten toiminnasta seuraa tunteita. Mielipeli voi auttaa havaitsemaan, **miten meidän tunteemme ja toimintamme vaikuttavat toisen tunteisiin ja toimintaan**, erityisesti aikuisesta riippuvaiseen lapseen.

- Lisäksi voidaan pohtia sitä, **vastaako sisäinen tunne aina näkyvää käyttäytymistä**, vai voiko toiminnan takana olla jotakin muutakin, kuin ilmiselvältä vaikuttava tunne. Mielipeliä voidaan käyttää myös tulevien vaikeiden tilanteiden miettimisessä. Pelin avulla voidaan käsitellä jotakin tulevaa tai jo tapahtunutta hankalaa, lasta koskevaa tilannetta, ja näin valmistautua etukäteen tilanteeseen. Ennalta valmistautuminen auttaa hallitsemaan omaa käyttäytymistä tunteita kuohuttavissa tilanteissa.